

RETRIITTIRYHMÄN MERKITYS TYÖTTÖMILLE

Marjo Laakso
Opinnäytetyö, syksy 2014
Diakonia-ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Diakonisen sosiaalityön
suuntautumisvaihtoehto
Sosionomi (AMK) +diakonian
(diakoni) virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Laakso, Marjo. Retriittiryhmän merkitys työttömille.

Diakonia - ammattikorkeakoulu syksy 2014, 64 s. 2 liitettä.

Sosiaalialan koulutusohjelma. Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto. Sosionomi (AMK)+diakonian virkakelpoisuus.

Tämän opinnäytetyöni tarkoitus oli selvittää, mitä retriittin osallistuminen merkitsee työttömälle ihmiselle. Laadin kaksi kysymystä joihin halusin saada vastauksen; Mikä on työttömien retriittiryhmän merkitys työttömille osallistujille ja onko retriittiin osallistumisella vaikutusta osallistujan arkeen retriitin jälkeen. Tutkimus toteutettiin vuoden 2013 aikana, ja tutkimusryhmänä oli Turun Seudun TST ry:n retriittiryhmä. Ryhmän ”retriittiperinne” on jatkunut jo vuosien ajan. Retriitit järjestetään kaksi kertaa vuodessa, keväisin ja syksyisin. Retriittin mahtuu noin 16 jäsentä kerrallaan, ja retriitit ovat aina täynnä.

Työttömille järjestetyt retriitit ovat päivän tai kaksi pidempiä kuin Turun ja Kaarinan seurakuntien retriitit yleensä. Retriitit ovat Turun Diakoniakeskuksen yhteiskunnallisen työmuodon taloudellisesti tukemia. Halusin tutkia mitkä seikat vaikuttavat siihen, että retriitit ovat suosittuja ja mikä on tämän ryhmän merkitys osallistujille, sekä tuntuuko retriitin vaikutukset arjen elämässä.

Toteutin tutkimukseni laadullisena aineistolähtöisenä tapaustutkimuksena. Aineistoni keräsin henkilöiltä, jotka syyskuussa 2013 osallistuivat työttömille järjestettyyn retriittiin Rymättylän Tammilehdossa. Lisäksi haastattelin Turun ja Kaarinan seurakuntien retriittipappia ja Turun Seudun TST ry:n retriittiohjaajaa.

Laadin kyselylomakkeen, joka lähetettiin osallistuneille postikyselynä. Osallistujien anonyymiuden vuoksi postitus tapahtui seurakunnan retriittitoimiston välityksellä. Lähettämiini kyselyihin vastasi puolet osallistuneista. Saamani aineiston analysoin sisällönanalyysi menetelmällä, etsien kommentteja, jotka kertovat mitä retriitti heille merkitsee.

Vastauksista voin päätellä, että retriitti koettiin tärkeänä tukena osallistujille ja retriitin vaikutukset tuntuivat osallistujien arjessa retriitin jälkeenkin. Vaikutukset arkeen tuntuivat lähinnä henkisenä ja hengellisenä tukena, josta koettiin saavan voimaa retriitiin ulkopuolellakin. Ryhmän yhteisöllisyys koettiin vahvana ja se loi turvallisuutta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta ryhmäläisiin. Tärkeänä elementtinä mainittiin ympäröivä luonto, rauha, ja levollisuus, jotka lisäsivät ryhmäläisten tasapainoista oloa.

Avainsanat: retriitti, työttömyys, yhteisöllisyys, hiljaisuus, rukous.

ABSTRACT

Laakso, Marjo. Meaning of religious retreat for unemployed people.
Diaconia University of Applied Sciences autumn 2014, 64 p. 2 appendices
Degree programme in Social Services, Option in Diaconal Social Work.
Degree: Bachelor of Social Services and Deacon.

The Objective of the thesis was to examine, what is the meaning of religious retreat for unemployed people. Two questions were composed: What is the meaning of a religious retreat group of unemployed people for the unemployed participants and does the participation in religious retreat have an effect on the participant's every day life after religious retreat ? The study was implemented during the year 2013 and the group that was studied, was the religious retreat group of TST registered association of the Turku region. The group's religious retreat tradition has continued for years. Religious retreats are arranged two times per year, in the spring and in the autumn. In a religious retreat event, there can be 16 participants at a time and religious retreat groups are always full.

When arranged by the congregations of Turku and Kaarina, religious retreats for unemployed people are a day or two longer than they usually are. Religious retreats are financially supported by social work of Turku Diaconia Center. It was necessary to study: what things have an effect on the popularity of the religious retreats, what is the meaning of this group for the participants and does the religious retreat have an influence on participant's every day life ?

The study was implemented as a matter based, qualitative case study. The study data was gathered from people who participated in the religious retreat for unemployed people that was arranged at Rymättylä's Tammilehto in autumn 2013. In addition, the religious retreat priest of the congregations of Turku and Kaarina and religious the retreat instructor of TST registered association of Turku region were interviewed.

Questionnaires that were sent to participants as a conventional mail inquiry were composed. Because of the anonymity of the participants, the mailing of questionnaire was done via the Religious retreat office. Half of the participants answered to the questionnaires. The gathered data was analyzed with content analysis method by searching comments about the meaning of religious retreat for participants.

Based on the answers, it could be determined that religious retreat was experienced as an important support by participants and effects of religious retreat were present in every day life after the religious retreat. Effects of religious retreat on every day life were experienced as mental and spiritual support from which energy could be drawn also outside religious retreat. The communality of the group was experienced as strong and it generated the feeling of security and unity to participants. The nature, peace and tranquillity were experienced as important elements that increased the balanced feeling of participants.

Keywords: Religious retreat, unemployment, communality, silence, prayer

SISÄLLYS	SIVU
1 JOHDANTO	
2 TYÖTTÖMYYDESTÄ JA YHTEISÖLLISYYDESTÄ	8
3 RETRIITIN ALKUJUURILLA	11
3.1 Rukous ja mietiskely hiljaisuudessa	11
3.2 Rukous	12
3.3 Mietiskely I. Meditaatio	14
4 KRISTILLINEN MIETISKELY ERI KIRKKOKUNTIEN PIIRISSÄ	16
4.1 Ortodoksinen mystiikka	16
4.2 Jeesuksen rukous	17
4.3 Karmeliitta-veljeskunnan rukousperinne	18
4.4 Ignatius Loyolan mietiskelyharjoitukset ja Retreat	19
5 HILJAISUUDEN ETSIJÖITÄ	22
5.1 Vetäytyminen ja vaikeneminen kirkon traditiossa	22
5.2 Autiomaa vetäytymispaikkana	23
5.3 Erämaaisien perinne	24
6 SUOMALAINEN HILJAISUUS JA HILJAISUUDEN RETRIITTI	27
6.1 Elämän mielekkyyden etsintä	27
6.2 Hiljaisuus suomalaisena elämäntapana	28
6.3 Tulkaa te yksinäiseen paikkaan ja levähtäkää	30
6.4 Retriitin puitteet	33
6.5 Retriitin kesto ja päiväohjelma	33
7 TURUN SEUDUN TYÖTTÖMÄTry:n (TST ry.) RETRIITTITOIMINTA	36
8 TUTKIMUKSEN TAUSTA JA LÄHTÖKOHDAT	38
8.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimusongelma	39
8.2 Tutkimuksen kohderyhmä ja tutkimusympäristö	40
8.3 Aineistonkeruu ja tutkimusprosessin kuvaus	41
8.4 Analysointimenetelmät	43

9 AINEISTON ANALYSOINTI , TUTKIMUSTULOKSET	44
9.1 Yhteisöllisyys	44
9.2 Henkinen tukeminen	46
9.3 Hengellisyys	48
9.4 Taloudellinen tuki	50
10 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS	53
11 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	55
12 LÄHTEET	57

JOHDANTO

Olen kiinnostunut retriitistä siksi, että itse olen opiskelemassa uutta diakoniatyöntekijän ammattia. Haluaisin ammattini ja mahdollisen tulevan työni takia tietää retriitistä enemmän. Olen rauhallinen pohdiskelija ja varmaankin siksi retriitti tuntuu kiinnostavalta ja luontevalta valinnalta kohdallani. Retriitti ei ole minulle entuudestaan kovin tuttu ja omasta mielenkiinnosta johtuen halusin perehtyä retriitin historiallisiin lähtökohtiin, eli mistä tämän päivän retriittitoiminta on saanut alkunsa. Työni muodostui huomattavan paljon hengellisemmäksi kuin alun perin kuvittelin. Tarkoitukseni oli tutkia hiljaisuuden ja kiireettömyyden suoman levon merkitystä ihmiselle. Työni edistyessä huomasin kuitenkin hengellisyyden, rukouksen ja ihmisten välisen äänettömän yhteisöllisyyden nousevan tärkeimmäksi elementiksi retriitissä. Hengellinen anti säilyy voimavarana pitkään retriitin jälkeenkin. Uskon elämä saa uutta vahvuutta, joka vaikuttaa jokapäiväisen elämämme taustalla, antaen voimavaroja arkiseen aherrukseemme.

Elämän kiireellisyys ja stressaavuus, sekä jatkuvasti kiihtyvä elämisen tahti huolestuttavat ja uuvuttavat meitä. Ihmiseltä vaaditaan jatkuvasti enemmän, että hän pysyisi mukana kiivaaseen tahtiin toimivassa yhteiskunnassa. Yhteiskunta muuttuu jatkuvasti ja kaikki muutokset tuntuvat ehkä eniten juuri työpaikoilla. Kaikilla meillä on myös henkilökohtainen elämämme työn ulkopuolella joka säätelee toimintaamme.

Vaativan elämän ja runsaan, jatkuvan informaatiotulvan vastapainoksi ihminen tarvitsee rauhaa ja yksinkertaisuutta. Mieli ja keho vaativat lepoa ja vähemmän virikkeitä. Alkuperäinen tarkoitukseni oli tutkia retriittiä työssäkäyvien ihmisten "hengähdystaukona". Asiani edetessä kävi kuitenkin niin, että päädyin tutkimaan retriitin merkitystä työttömille henkilöille. Vailla työtä olevat ihmiset, kuten työssäkäyvätkin, ovat loppujen lopuksi saman markkinatalouden uhreja. Toiset ovat erilaisista taloudellisista syistä johtuen joutuneet jäämään työttömiksi, kun taas toiset joutuvat samoista syistä tekemään työtä liikaakin.

Tutkimuksellani halusin tuoda esiin näkökohtia, jotka osoittavat, että retriitti on tärkeä tapahtuma työttömän ihmisen arjessa. Toivottavasti työttömien retriittitoiminta jatkuu tulevaisuudessakin, ja että taloudellinen tuki säilyy ja mahdollistaa toiminnan. Lukiessani saamiani vastauksia yllätyin siitä, miten merkittävänä retriittin osallistumista ryhmässä pidettiin.

Tässä opinnäytetyössäni käsittelen aluksi työttömyyttä ja yhteisöllisyyttä, sen jälkeen retriitin alkujuuria ja kehitystä tämän päivän retriittitoiminnaksi. Viimeiseksi analysoin saamiani tutkimusvastauksia ja raportoin niiden tuloksia.

2 TYÖTTÖMYYDESTÄ JA YHTEISÖLLISYYDESTÄ

Kirkon tehtävänä oli jo keskiajalla huolehtia yhteiskunnan vähävaraisista ja heikoimmista ihmisistä. Apu perustui vapaaehtoisuuteen ja hyväntekeväisyyteen, johon tarvittavat varat saatiin lahjoituksina. Myöhemmin suomalaisen yhteiskunnan kehittyessä huolenpito siirtyi valtion ja kuntien vastuulle. Kirkko on osaltaan jatkanut huolenpidon perinnettään edelleen täydentäen julkisen sektorin palveluita (Anttonen & Sipilä 2000, 11-13.)

Kirkon seurakuntien Diakonisen sosiaalityön yhtenä muotona on yhteiskunnallinen työ. Työ- ja talouselämän kysymyksien ohessa yhteiskunnallinen työ keskittyy myös ympäristökysymyksiin. Työelämän jatkuvat muutokset ovat lisänneet seurakuntien yhteiskunnallisen työn merkittävyyttä. Tänä päivänä tärkeänä tuettavana ryhmänä ovat työelämän ulkopuolelle jääneet työtä vailla olevat ihmiset. Heille annettavia mahdollisia tukimuotoja ovat taloudellinen, henkinen ja hengellinen tuki (Sari Kuvaja & työalasihteerit 2007, 4, 10.)

Työttömyys voidaan nähdä ristiriitatilanteena, josta jokainen työtön yrittää omalla tavallaan selviytyä elämäntilanteensa mukaisesti. Työttömyys ei ole kaikille ihmisille samanlainen tilanne. Siihen vaikuttavat eri tekijät, kuten koettu työhistoria, uudelleen työllistymisen mahdollisuus, perhesuhteet ja ihmisen persoonallisuus. Tulojen väheneminen näkyy yleensä myös työttömän ihmisen kulutuksen vähenemisenä, mitä pitempiaikaista työttömyys on, sitä enemmän kulutus vähenee (Karisto & Takala & Haapola 1988, 61.)

THL:n tutkijan Jouko Karjalaisen mukaan köyhyys on vastentahtoinen tilanne, joka kaventaa olennaisesti vähävaraisen ihmisen mahdollisuutta osallistua yhteiskuntaan. Köyhyys voi olla suhteellista, subjektiivista tai absoluuttista. Jos ihmisen köyhyys on absoluuttista, hän ei omista mitään, eikä hänellä ole varaa hankkia edes ravintoa itselleen. Köyhyys on varsinkin taloudellista ahdinkoa,

johon saattaa liittyä muitakin vaikeuksia. Köyhyyttä voidaan arvioida erilaisina puutteina, kuten rahan, kulutuksen, terveyden tai asumisen (Karjalainen 2011.)

Kulutuksen vähenemisen myötä osallistuminen erilaisiin maksullisiin tapahtumiin ja aktiviteetteihin vähenee. Monella työttömällä on tyypillisesti vapaa-aikaa runsaasti, mutta sitä ei pystytä hyödyntämään heikon taloudellisen tilanteen vuoksi. Käytettävissä olevat varat riittävät vain elämisen perusasioihin; ruokaan, asumiseen ja laskujen maksuun. Rahojen vähyden vuoksi elämänpiiri pienenee ja aikaa vietetään pääasiassa kotona. Pitkään työttömänä ollut ihminen saattaa hiljalleen erakoitua yksinäisyyteen, ja jäädä muun yhteiskunnan ulkopuolelle ja syrjäytyä.

Monen työttömän itsetuntoa koettelevat hyödyttömyyden tunne, sekä työhön kykenemättömäksi tai haluttomaksi leimaaminen. Työttömänä olo voidaan myös kokea yhteiskunnan varoilla elämiseksi (Karisto ym. 1988, 62.) Työelämän ulkopuolelle joutumista ja pitkäaikaistyöttömyyttä yritetään jatkuvasti vähentää, ja niiden kasvua hillitä. Toimenpiteiden tehokkuutta kuitenkin heikentää jatkuva voimakas tuottavuuden ja kilpailukyvyn korostaminen (Karjalainen 2011.)

Ihmisen syrjäytymistä voi edesauttaa joutuminen pois työelämästä ja kulutuksesta. Tästä syystä syrjäytyneiden ja muiden ihmisten kulttuurinen välimatka saattaa pidentyä. Syrjäytyminen on yksilöä ja yhteisöä yhdistävien siteiden heikkenemistä (Sipilä, 1985). Syrjäytymistä edistää rahan puute ja sosiaalisten taitojen heikentyminen (Karisto ym. 1989, 206 – 207.) Jorma Sipilän mukaan resursseja pitäisi käyttää ihmisten toimintakyvyn vahvistamiseen. Silloin he pystyisivät hyödyntämään ympärillään olevia mahdollisuuksia, kestämaan vastoinkäymisiä ja löytämään ratkaisuja ongelmiinsa. Sosiaalista investointia ovat kaikki työllisyyttä tukevat toimet ja ansiotyö on paras keino torjua köyhyyttä (Jorma Sipilä, 2012.)

Entinen ihmisiä sitova, mutta myös turvallisuutta luova yhtenäiskulttuuri on lähes kadonnut. Ihmiset elävät enemmän omillaan ja ovat yksilökeskeisempiä (Karisto ym. 1988, 207.) Tämän myötä myös syrjäytyminen on lisääntynyt,

ihmisillä ei ole enää luonnollisia yhteisöjä joihin kuulua.

Päivi Thiz kertoo tutkimuksessaan miten toisten ihmisten kanssa oleminen luo yhteisöön sosiaalista järjestystä, jonka avulla ymmärrämme paremmin toisiamme ja opimme toimimaan yhdessä. Ihmisen kokemukset, muistot ja ajatukset syntyvät yhteisen toiminnan myötä sosiaalisissa suhteissa, eivätkä ihmisen mielessä, irrallaan muista ihmisistä ja ympäristöstä. Yhteisön merkitys ja osallisena olemisen mahdollisuudet koetaan tärkeinä elementteinä sosiaalisen identiteetin rakentamisessa (Thiz 2013, 22.)

Thizin tutkimuksessa tuodaan esiin Gerard Delantyn (2003) sosiologisen yhteisöllisyyden määritelmä, jossa keskeistä on ajatus johonkin kuulumisesta, vastaanotetuksi ja hyväksytyksi tulemisesta. Yhteisöllisyyden käsite on paikallisuutta ja osallisuutta, johon kuuluu läheisiä ihmissuhteita, vuorovaikutusta ja yhteistä toimintaa. Käsitteeseen voidaan katsoa kuuluvaksi myös suuremmat yhteisöt, kuten kristittyjen hengellinen maailmanlaajuinen yhteisö (Thiz 2013, 25.)

Kirkon toiminnan tavoitteena on antaa mahdollisuus osallistua toimintaan , jossa seurakuntalaiset voivat jakaa uskon peruskäsitykset, kokea yhteenkuuluvuutta ja solidaarisuutta muiden seurakunnan jäsenten kesken, ja löytää oman paikkansa seurakunnan yhteisössä (Thiz 2013, 30.)

Ryhmään kuulumisen myötä ihmiselle muodostuu turvallisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunne omassa yhteisössään. Ryhmän ominaisuudet, tavoitteet ja arvot tulevat osaksi myös ryhmän jäsenen ominaisuuksia. Jäsenyys ryhmässä voimaannuttaa ihmistä ja kohottaa hänen itsetuntoaan. Kuuluminen yhteisöön antaa tunteen ettei ole yksinäinen, sillä ryhmän tuki vaikuttaa taustalla, vaikkei fyysisesti läsnä olisikaan.

Ihmiselle ei riitä pelkkä oleminen. Ihmisenä olemiseen kuuluu, että hän haluaa olla jotakin, tulla joksikin, ylittää pelkän olemisen rajat (Sipilä 1985) (Karjalainen 2011.)

3 RETRIITIN ALKUJUURILLA

3.1 Rukous ja mietiskely hiljaisuudessa

Rukous, mietiskely ja hiljentyminen muodostavat eheän kokonaisuuden, joka kristillisen uskon piirissä ylläpitää yhteyttä ihmisen ja hänen Luojansa välillä. Ne ovat olemassa rakentaakseen, ylläpitääkseen ja syventääkseen Jumalan ja ihmisen välistä suhdetta (Rissanen, Häyrynen & Virtaniemi 1979, 9-10 .)

Rukouksen katsotaan olevan tehokkain ja tärkein, mutta myös vaativin hengellisen elämän osa-alue. Rukousta pidetään kokonaisvaltaisena sielun ja ruumiin yhteistyönä, jossa on erilaisia tasoja. Rukouksen ulkoinen, ruumiillinen ilmentymä on ääneen lausuttu rukous, kun taas sisäinen, sydämen ja sielun ääneen lausumaton rukous on henkinen osa rukoustapahtumaa. Jälkimmäisen tarkoituksena on liittää ihminen Jumalan yhteyteen. Varhaisimpia mielen rukouksia rukoilivat erämaakilvoittelijat, jotka yksittäisiin psalmijakeisiin pohjautuen rukoilivat niin sanottuja rukoushuokauksia. Rukoushuokausten tarkoituksena oli mielen keskittäminen rukoukseen. Muutaman sanan mittaisen rukouksen toistaminen auttoi keskittymään tehokkaammin rukoukseen kuin pitkä ja monisanainen rukous (Häyrynen, Kotila & Vatanen 2003, 41-42 .)

Sisar Kristadoulín mukaan rukous on kanava Kristuksen ja ihmisen välillä. Tätä kanavaa myöten Kristus tulee avuksemme tuntiessamme katumusta, nöyryyttä ja rukoillessamme parannusta. Kristadoulín mielestä rukous on kristillisen elämän keskeisin asia (Lappalainen & Kristadouli 1998, 231.)

Kleemens Aleksandrialaisen (n. 150 – 216) määritelmä jo 100 – luvulta näkee rukouksen olevan vuoropuhelua Jumalan kanssa. Vuoropuhelussa on kaksi osapuolta, jolloin toisen on vaiettava kuunnellakseen mitä toisella on sanottavana. Ihmisen on siis vaiettava ja kuunnella hiljaisuudessa mitä Jumala haluaa hänelle sanoa (Stinissen 2004, 21.) Taizen Veli Rogerin mielestä usein

ihmiset kuvittelevat rukouksessa tarvittavan paljon sanoja. Todellisuudessa omakohtaiseen yksinkertaiseen rukoukseen tarvitaan vain muutama sana kertomaan Jumalalle kaikki omista toiveista tai peloista (Veli Roger 2007, 9.)

3.2 Rukous

Wilfrid Stinissenin mielestä rukous ei ole tekemistä, vaan jotakin mitä me olemme. Jeesuksen, samoin kuin meidän ihmistenkin minuus on rukousta. Rukous on Jumalan elämää hänessä itsessään ja koko luomakunnassa. Jokaisen ihmisen sisimmästä löytyy koti, jossa sekä Jumala, että ihminen ovat kotonaan. Kodissa on elämää ja sinne avautuu rukouksen portti, josta voi tarvittaessa käydä sisään (Stinissen 2004, 25-28.)

Kristinoppimme määritelmän mukaan rukous on sydämen puhetta Jumalan kanssa, ja vaikka kuinka kurottuisimme Jumalan puoleen, on syytä muistaa, että Jumala on puhunut ensin meille. Hänen puheensa meille on alkanut jo aiemmin kuin meitä on ollut olemassakaan. Meidän rukouksemme on yritystä vastata hänelle, joka ensin on puhutellut meitä (Rissanen ym. 1979, 10-11.)

Rukous on keskeinen osa uskonnollista elämää ja se on sekä yksilöllinen, että yhteisöllinen tapahtuma. Ihmiset, jotka rukoilevat paljon, ovat huomanneet, että pikku hiljaa sanat ja rukouspyynnöt vähenevät ja tilalle tulee hiljaisuus, Jumalassa olemista. Sanallisen rukouksen pääasiallinen sisältö löytyy Raamatusta, jossa Psalmit ja Isä meidän – rukous ovat keskeisiä (Häyrynen & Kotila 2003, 39.)

Jeesus tiivisti opetuksessaan Isä meidän – rukouksen sanoihin, joissa ihminen saa yksinkertaisesti ja luottavaisin mielin asettua isänsä eteen ja jättää kaikki huolensa ja tarpeensa hänen huostaansa. Paavali tiivistää opetuksen myöhemmin sanoen : ”Älkää mistään murehtiko, vaan kaikessa saattakaa pyyntönne rukouksella ja anomisella kiitoksen kanssa Jumalalle tietäväksi.” (Fil. 4:6)

Tätä ihminen voi edelleen toteuttaa kääntymällä Jumalan puoleen vaikkapa vain parin sanan tai lauseen mittaisella rukouksella. Hän voi kesken töittensä hetkeksi keskittyä rukoukseensa ja lausua mielessään ” Herra auta ” tai ” Herra, ole minun kanssani ” (Rissanen ym. 1979, 10 – 11.)

Seppo Häyrynen kertoo ”Spiritualiteetin käsikirjassa”, miten Länsi – Suomen rukoilevaisten keskuudessa vaikuttanut I.J.Tunturi painotti rukouksen osuutta armojärjestyksessä, kristityn kilvoittelussa on kolme osaa: hätä, rukous ja kiitos. Toinen versio samasta asiasta on: hätä, apu ja kiitos. Rukous on kristillisen hengellisyyden ytimessä, se on rukousta ääneen ja ääneti, sanoin ja sanoitta, yksin ja yhdessä (Häyrynen ym. 2003, 259 – 260.)

Luther neuvoo rukoilemisen tietyt toimenpiteet ja rukouskaavan:

”Noustessasi aamulla vuoteesta ja mennessäsi illalla vuoteeseen, siunaa itsesi pyhällä ristinmerkillä ja lausu:” Jumalan, Isän ja Pojan ja Pyhän Hengen haltuun.” Sen jälkeen ” lue polvillaan tai seisoen uskontunnustus ja Isä meidän sekä oma aamu- tai iltarukous. Laulettuasi sitten ehkä vielä virren, mene iloisin mielin töihisi tai levolle.”

(Häyrynen ym. 2003, 109.)

Meillä on kuitenkin joskus aikoja jolloin tunnemme tarvetta kokea yhteyden Jumalaan tavallista selvemmin ja kaipaamme suurempaa itsemme tuntemista. Haluamme rukouksellamme kääntää koko persoonamme Jumalan puoleen. Haluamme vetäytyä syrjään ympäröivästä maailmasta, että saisimme keskittyä täydellisesti olemaan kahden Jumalamme kanssa. Siksi etsimme usein suurempaa hiljaisuutta. Tuolloin toivomme ympäristön olevan rauhallisen ja emmekä halua edes puhua. Odotamme, että hiljaisuudessa kuulisimme Jumalan äänen puhuvan sisimmässämme ja että hän esim. epävarmoissa tilanteissa neuvoisi meille tietä eteenpäin. Hiljaisuus on ihmiselle tärkeää siksi, että silloin voi paremmin kuulla Jumalan äänen.

Meidän on hyvä välillä levätä ja hiljentyä jaksaksemme kaikessa työssä mikä

meille on annettu. Meidän täytyy välillä kääntyä kohti sisintämme ja Jumalaa, jotta voimme paremmin kohdata lähimmäisemme. Tarvitsemme siis hiljaista mietiskelyä (Rissanen ym. 1979, 11.)

Kristillisessä meditaatiossa ihminen mietiskelee Jumalan sanaa, eikä pelkästään omia ajatuksiaan tai tarpeitaan. Lutherin mukaan rukouselämän kuuluu rukoilemisen lisäksi Jumalan sanan meditaatio. Rukouselämässä on kaksi puolta. Toisena ihmisen omat asiat Jumalalle, pyynnöt ja kiittäminen, sekä toisena Jumalan sanan mietiskely eli meditaatio (Häyrynen ym. 2003, 107.)

3.3 Mietiskely eli meditaatio

Häyrysen ja Kotilan mukaan mietiskely ei ole osuva suomennos sanalle meditaatio, sillä heidän mukaansa meditaatio ei ole miettimistä, vaan olemisen kokemista. Tarkoituksena on unohtaa turha asioiden pohtiminen ja keskittyä ainoastaan Jumalan läsnäoloon. Tähän johdattaa esimerkiksi Raamattumeditaatio eli Raamatun lauseen lukeminen, jonka jälkeen keskitetään ajatukset luettuun tekstiin. Muita tapoja keskittyä kristilliseen meditaatioon ovat rukouslauseen toistaminen, usein Jeesuksen rukous, kuvatai musiikkimeditaatio (Häyrynen & Kotila 2003, 75 – 76.)

Kristillisessä yhteydessä mietiskely tarkoittaa ihmisen hiljentymistä Jumalan edessä. Tarkoituksena on, että kristillisen uskon sisältö kirkastuisi uudella tavalla. Mietiskely sana korvataan usein vierasperäisellä nimellä meditaatio, se johtuu latinan kielen sanasta meditari, joka tarkoittaa keskittyä, kääntyä keskustaan päin. Mietiskelijä kohdistaa ajatuksensa tiettyyn raamatunkohtaan tai rukoukseen ja antaa sen täyttää tietoisuutensa. Hän sulkee ympäröivän maailman pois mielestään ja keskittyy sisäiseen tutkisteluun. Mietiskely ja meditaatio saattaa edetä yhä syvemmälle jolloin puhutaan kontemplaatiosta. Jumalan rakkaus ja voima koetaan vieläkin selvemmin (Rissanen ym. 1979, 12-13.)

Wilfrid Stinissenin mukaan kristillisen mietiskelyn pitää olla luonteeltaan

uskonnollista ja siinä halutaan eri tavoin lähestyä Jumalaa. Se nähdään keskittymisenä, josta puuttuvat ajatukset, kuvat ja tunteet. Tällaista kohteetonta mietiskelyä on kristillinen traditio nimittänyt kontemplaatioksi (Stinissen 2007, 11.)

Jumalan läsnäolosta kertomaan on syntynyt oma ” kielensä ”, jota kutsutaan mystiseksi teologiaksi tai mystiikaksi. Mystiikka sanalla on usein huono kaiku. Joskus sen katsotaan tarkoittavan jotakin hämäräperäistä ja vaikeaselkoista tai muuten epäilyttävää asiaa. Tällainen oletus on aiheeton, sillä mystinen teologia on kaikkina aikoina ja kaikissa kirkkokunnissa yleisen kristillisen opin ja uskon rakennetta määrittelevän teologian ohella esiintynyt valtavirtaus (Rissanen ym. 1979, 27 – 29.)

Mietiskely eli meditaatio liitetään mystiikkaan ja spiritualiteettiin, jota kohtaan alettiin tuntea huomattavaa kiinnostusta 1900 – luvulla. Idän ja lännen kirkkojen mystiikasta alettiin tehdä runsaasti tutkimuksia. Tutkimustuloksista on ilmennyt, että mystiikka on tärkeimpiä uskonnollisen kokemuksen alueita. Siinä ei ole kysymys poikkeuksellisesta tai erityislaatuisesta uskonnollisuudesta, vaan ominaisuudesta, joka liittyy kaikkeen uskontoon (Häyrynen ym. 2003, 21.) Stinissenin mielestä on kiinnostavaa havaita tässä suhteessa yhdenmukaisuus kaikissa uskonnoissa niin kristillisissä, kuin ei-kristillisissäkin (Stinissen 2004, 12.)

Mystiikka sanaan voidaan laajasti ajateltuna sisällyttää kaikki kristillinen hartaudentarjoitus, jumalanpalveluselämä, yksityinen raamatunluku, rukous jne. Ruotsalainen karmeliittaisä Wilfrid Stinissenin mukaan kristillisen mietiskelyn tunnusmerkkinä voidaan pitää sitä, että se on aina tietoisesti Jumalaa etsivä uskonnollinen harjoitus. Kristillinen mietiskely kohdistuu aina Jumalaan ja keskeistä on epäitsekkyys, palvonta ja rakkaus Jumalaan (Rissanen ym. 1979, 27 – 29.)

Mietiskely on yksi osa ihmisen Jumala-suhteesta, siihen liittyy toimintaa ja

vuorovaikutusta, Jumala puhuttelee ja ihminen vastaa. Kaikki kristillinen mietiskely on aina alistettu ilmoitetun sanan ja sitä tulkitsevan julistuksen alle. Raamatun mukaan ihminen ei etsi Jumalaa, vaan Jumala etsii häntä. Sen vuoksi ihmisen suhde Jumalaan on aina vastausta Jumalan tekemään aloitteeseen. Ihmisen osa on kuunnella ja totella.

Kristillisen mietiskelyn avainsanoja eivät ole nirvana, satori tai samadhi. Kristillisen mietiskelyn avainsanoja ovat Kristuksen kanssa kuoleminen ja ylösnouseminen. Kristillinen mietiskely etsii yhteyttä kolmiyhteiseen Jumalaan, ja on alistettu ilmoitetun Sanan alle ja se toimii uskonkokemuksen syventäjänä. Se ei rajoitu tiettyyn tekniikkaan ja sen avulla päästyihin elämyksiin vaan se on vaellusta Herran viitoittamalla tiellä. Sen tarkoituksena ei ole elämyksellinen yhdistyminen Jumalaan vaan kuuliaisuus (Rissanen ym. 1979, 30 – 31.)

4 KRISTILLINEN MIETISKELY ERI KIRKKOKUNTIEN PIIRISSÄ

4.1 Ortodoksinen mystiikka

Ortodoksiselle mystiikalle on ominaista pyrkimys päästä luodun katselemisen kautta Luojan näkemiseen ja kohota ruumiillisen harjoituksen kautta ruumiittoman hengen maailmaan. Idän kirkon hurskas ihminen tavoittelee puhdistusta ja valaistusta toivoen näin pääsevänsä yhteyteen Jumalan kanssa. Tähän pyritään jumalanpalveluksen, rukouksen ja askeesin avulla, tärkein näistä on kuitenkin rukous (Rissanen ym. 1979, 33.)

Ortodoksisen kirkon perinteessä hiljaisuuden etsiminen ja kokeminen on varsin keskeinen alue. Levollisuus, rauha, hiljaisuus, vaikeneminen ja keskittyminen ja muut vastaavan kaltaiset asiat kuuluvat ortodoksiseen kilvoitteluun. Opillinen ja teoreettinen pohdinta koetaan vieraana. Arvokaampana nähdään hiljaisuus elämänasenteena ja siihen pyrkiminen (Metropoliitta Johannes 2003, 14 -15.)

Mielen keskittäminen rukouksen sisältöön ei kuitenkaan täysin riitä, sillä niin

kauan kuin on rukous päässä ajatusten tai järjen tasolla, se on epätäydellistä. Päästä pitää laskeutua sydämeen niin että mieli yhdistyy sydämen kanssa. Näin koko ihminen rukoilee ja ennen kaikkea tällöin rukoilee henki, joka pystyy saavuttamaan Jumalaan yhteyden. Jotta Jumalan ääni pääsisi kuuluviin, on oman äänen vaiettava. Tähän liittyy kielteinen suhtautuminen mielikuvien käyttöön rukouksen apuvälineinä, sillä joka ei näe mitään rukoillessaan, näkee Jumalan (Rissanen ym. 1979, 33 – 35.)

4.2 Jeesuksen rukous

Ortodoksisen kirkon piirissä yleisin sisäisen rukouksen muoto on niin sanottu ”Jeesuksen rukous”, joka kuuluu näin: ”Herra Jeesus Kristus Jumalan Poika, armahda minua!” (syntistä), liitetään usein vielä loppuun. Kaava saattaa jonkin verran vaihdella. Rukouksen merkitys ei perustu tiettyyn sanamuotoon, vaan Herran nimen avuksi huutamiseen. Apuna voidaan käyttää ortodoksista rukousnauhaa, jonka helmet on solmittu villasta, jotteivät ne aiheuttaisi melua (Rissanen ym. 1979, 37 – 38.)

Jeesuksen rukouksen suosio perustuu pitkälti sen yksinkertaisuuteen. Tarkoituksena ei ole pelkästään sanojen rytminen toistaminen, vaan Jeesukselle osoitettu anomus tietoisena siitä, että Jeesus on Jumala ja Vapahtaja. Ensimmäiset erämaakilvoittelijat olivat jo kokeneet tehokkaaksi rukousmuodoksi muutamien psalmijakeiden, tai muutamasta sanasta muodostuvan rukouksen toistamisen. Näihin rukoushuokauksiin yleensä liitettiin Kristuksen nimi (Häyrynen ym. 2003, 42.)

Stinissenin mukaan nykyihmisen ongelma ovat sisäinen epäjärjestys ja hämmennys, joka tekee keskittymisen Jumalaan vaikeaksi. Jeesuksen rukous on keino, ja sanat apu saada mieli levolliseksi ja keskittyneeksi rukoukseen. Jeesus – rukouksen alkuosa ilmaisee toivoa ja luottamusta, jälkimmäinen osa taas on täydellisen avuttomuuden tunnustus. Rukoukseen tiivistyy koko kristillinen elämä ; minä en voi mitään, sinä voit kaiken (Stinissen 2007, 117 – 118.)

Keskittymistä pidetään tärkeänä, muttei siihen pidä pakonomaisesti pyrkiä. Tärkeimpänä pidetään itsensä hiljaista luovuttamista Herralle, jota näin kutsutaan. Ortodoksisuudessa puhutaan kolmenlaisesta rukouksesta; 1. Sanallinen eli ruumiin rukous, 2. Ajatusten eli mielen rukous, 3. Sydämen rukous eli mieli sydämeen keskittyneenä.

Jeesuksen rukouskaan, niinkuin ei mitkään kristillisen mietiskelyn muodot, ole oikotie Jumalan näkemiseen vaan keino täydentää ja tehostaa Jumalan armon kokemista (Rissanen ym. 1979, 37 – 38.)

4.3 Karmeliitta-veljeskunnan rukousperinne

Katolisen kirkon mietiskelytraditiota edustaa Karmeliitta-veljeskunnan keskuudessa syntynyt ”Sisäisen rukouksen tie”-mietiskelykoulu. Mietiskelykoulu nojautuu kahteen espanjalaiseen nimeen 1500-luvulta, Avilan pyhään Teresaan ja Ristin Johannekseen. Sisäisen rukouksen tie perustuu pääosin Teresan ja Johanneksen oppeihin ja kirjoituksiin, mutta myös katolisen kirkon vuosisatojen luostariperinne on tärkeä. Sisäisen rukouksen tie etenee vaiheittain ja sitä on pääosin toteutettu luostareissa. Myöhemmin on tullut tavoitteeksi tuoda metodi luostarien ulkopuolelle myös maallikoiden keskuuteen (Rissanen ym. 1979, 39.)

Karmeliittojen hengellisyyden perustana on henkilökohtainen suhde Jeesukseen, sekä kokemus rakastavasta Jumalasta. Rukouksen käyttövoimana on rakkaus (Lappalainen ym. 1998, 161.)

Ristin Johannes haluaa osoittaa suuntaa, niin että kieltäisimme itsemme ja oman mukavuutemme rakkaudesta Herraan. Rukoukseen hiljentyneenä oma, vanha minä hiljenee ja hänen uusi todellinen minänsä on uusi luomus Kristuksessa. (Rissanen ym. 1979, 39 – 40.)

Ristin Johanneksen kuvaama kontemplatiivinen rukous saattaa ihmisen pimeyden ja yksinäisyyden kokemuksen keskelle. Rakastavan

tarkkaavaisuuden perusasenne tekee kuitenkin ihmisen tietoiseksi Jumalan rakkaudesta ja läsnäolosta. Jumala voi yhdistää ihmisen sielun itseensä yhä vahvemmin. Sanallisessa rukouksessa ja mietiskelyssä alkanut rukous tulee täydelliseksi rukouksessa, jossa sanat menettävät merkityksensä ja jäljelle jää pelkästään rakkaus. Ristin Johanneksen teos Pimeä yö kuvaa prosessia, jonka mukaan sielu joutuu sitä pimeämpään yöhön, mitä lähempänä se on Jumalaa. (Häyrynen & Kotila 2003, 40 – 41.)

4.4 Ignatius Loyolan mietiskelyharjoitukset ja RETREAT

Jesuiittaveljestön perustaja Ignatius Loyola kehitti hengellisten harjoitusten nimellä tunnetun mietiskelyohjelman, joka jokaisen jesuiittaveljestöön hakeutuvan, oli käytävä läpi ennen jäseneksi pääsyään.

Mietiskelyohjelma tapahtui noin kuukauden kestävän retreatin muodossa, jonka aikana jesuiitaksi haluavan kokelaan persoonallisuus muotoutuu horjumattomaan kuuliaisuuteen veljeskunnalle ja sen kenraalin käskylle. Hengelliset harjoitukset ovat luoneet veljestön sellaiseksi, millainen se nykypäivänä on ja auttaneet saamaan myös paljon vaikutusvaltaa. Hengelliset harjoitukset ovat vaikuttaneet katolisen kirkon mietiskelyperinteeseen ja antaneet sille enemmän ulospäinsuuntautuvan moraalis-eettisesti painottuneen luonteen. Kolmas hengellisten harjoitusten huomattava vaikutus on retreatin kehittäminen itsenäiseksi työmuodoksi ja sen vakiinnuttaminen katolisen kirkon piirissä. Vakutuksena on ollut sen leviäminen protestanttisten kirkkojen keskuuteen (Rissanen ym. 1979, 48 – 49.)

Ignatius Loyolan ”Hengellisiä harjoituksia”-teos hahmottui hitaasti kolmentoista vuoden ajan, saaden lopullisen muotonsa vuonna 1535. Harjoitusten ulkonaiset puitteet muodostaa noin kuukauden kestävä retreat, joka tapahtuu yleensä erityisesti tätä tarkoitusta varten varatussa rakennuksessa. Tilassa pyritään luomaan niin suuri maailmasta eristyneisyyden tuntu kuin mahdollista.

Jokaisella osallistujalla on oma huoneensa ja päiväohjelma on määrätty erittäin tarkasti yksityiskohtia myöten. Ohjeet sisältävät tietoa siitä, mitä pitää ajatella esim. pukeutuessaan, nukkumaan mennessä tai jos sattuu keskellä yötä heräämään. Päiväohjelman täyttää tarkoin ohjatut harjoitukset johon sisältyy yksityiskohtaista omantunnon tutkistelua ja varsinaista mietiskelyä.

Retreatin johtaja käyttää ohjekirjana Loyolan ”Hengellisiä harjoituksia”. Kirja on varsin yleisluontoinen ja se antaa harjoituksille pelkän rungon. Jokaisen ohjaajan on luotava harjoitusten yksityiskohtaisemmat puitteet tilanteen mukaan (Rissanen ym. 1979, 49 – 50.)

Ensimmäisen viikon harjoitukset keskittyvät helvetin kauhujen ja viimeisen tuomion mietiskelyyn. Toisen viikon harjoitukset käsittelevät Jeesuksen maallisen vaelluksen tapahtumia alkaen inkarnaatiosta ja päättyen palmusunnuntain tapahtumiin. Toisen viikon lopulla pitää myös päättää haluaako seurata jesuiittaveljen kutsumusta. Kolmannella viikolla tarkastellaan Jeesuksen kärsimystä ja neljännellä viikolla seuraa ylösnousemuksen ilo (Rissanen ym. 1979, 51.)

Ruotsalainen uskontotieteilijä Bernhad Hegardt näkee sovittamattomia ristiriitoja Loyolan ja häntä varhaisemman kristillisen mystiikan välillä. Tämä perustuu Loyolan henkilökohtaisiin ominaisuuksiin; käytännölliseen, ulospäin suuntautuneeseen mielenlaatuunsa ja hänen myöhäiskeskiajan ritari-ihanteeseensa. Nämä ja myös entinen sotilasura määrittivät Loyolan uskonelämää. Sen sijaan, että jesuiitta sulautuisi äärettömän Jumalan suureen rakkauteen, hän lepää sokeassa alistumisessa, kuuliaisuudessa ja vapaana kaikista omista toiveistaan. Tottelevaisuuden ekstaasi on tullut uskonnollisen ekstaasin tilalle.

Hegardtin mielestä tämän perusolemuksen eroavaisuuksista johtuva kielteinen suhtautuminen varsinaiseen mystiikkaan on määrittänyt sekä jesuiittaveljestön, että myös katolisen kirkon kehitystä uudella ajalla.

Hegardtin mukaan Ignatius de Loyolan Hengellisiä harjoituksia voidaan tietysti

mielessä pitää käenmunana mystiikan pesässä, mutta ei voida kuitenkaan unohtaa Loyolan vaikutusta retreatin vakiinnuttamisessa kirkolliseksi työmuodoksi. Loyolan hengelliset harjoitukset eivät rajoittuneet vain jesuiittakokelaisiin, vaan melko pian harjoituksia alettiin pitämään myös maallikoille suppeammassa muodossa. Heille tarkoitettut harjoitukset kestivät 2-3 päivästä viikkoon ja myös sisältö oli muokattu kevyemmäksi. Näiden pienempien harjoitusten alkamisajankohdaksi Hegardt arvioi jo noin vuoden 1539 (Rissanen ym. 1979, 52 – 53.)

Tämä työmuoto on jatkunut jesuiittaveljestön toimesta tälle vuosisadalle asti. Aluksi lyhyet retreatit kohdistuivat rappeutuneisiin luostareihin, myöhemmin papistoon ja pappisvirkaan valmistuviin nuorukaisiin ja lopulta kyläkuntiin ja kaupunkeihin. Erottelua ei tehty ylhäisten alhaisten, miesten eikä naisten välille. Pienemmän harjoituksen mietiskely keskittyy yleensä suurten harjoitusten ensimmäisen viikon ohjelmaan. Jos retreat on kolmen päivän mittainen saattaa ensimmäinen päivä kulua ”Alkuperustan ja Pohjan” mietiskelyyn, toisena päivänä aiheena on synty ja kolmantena päivänä Jumalan rakkaus ja Kristuksen seuraaminen. Tähtäimessä on, että kolmantena päivänä osallistuja tekee tahdonratkaisuun perustuvan päätöksen omistaa uudelleen elämänsä Kristuksen seuraamiseen (Rissanen ym. 1979, 53 – 54.)

Loyolan mystiikka on ulospäin suuntautuvaa toiminnan mystiikkaa, jonka tarkoituksena on etsiä ja löytää Jumalan tahto ihmisen sielun pelastumisessa. Tarkoituksena on löytää Jumala kaikessa ihmisen ulkopuolella, sisäisen lähteen löytyminen ei ole ensisijainen tarve. Loyolan meditaatio lähtee liikkeelle Jeesuksen elämän historiallisista tapahtumista, joita tahdotaan mietiskellä (Stinissen 2004, 39.)

Jesuiittaveljestön ulkonaiseen toimintaan suuntautuvan luonteen mukaisesti retreateilla on pyritty ensisijaisesti luomaan kirkon määrätietoisia jäseniä, jotka katolilaisuudestaan tietoisina pystyvät kukin omalla paikallaan vaikuttamaan työelämässä ja maailmassa. Voidaan nähdä, että varsinainen mietiskely ja

sisäänpäin suuntautuminen ovat alistetussa asemassa saaneet palvella tätä päämäärää. Huomattavaa on, että jesuiittaveljestön vakiinnutettua retreatin yhdeksi katolisen kirkon säännölliseksi työmuodoksi, se on levinnyt myös muihin järjestöihin ja edelleen lähinnä Englannin kirkon kautta muiden protestanttisten kirkkojen keskuuteen. (Rissanen ym. 1979, 53 – 54.)

5 HILJAISUUDEN ETSIJÖITÄ

5.1 Vetäytyminen ja vaikeneminen kirkon traditiossa

Retriittiliikkeen alkujuuria miettiessä on syytä tutustua kahteen kristillisessä traditiossa esiintyneeseen ilmiöön. Ensiksikin retriitissä on kysymys vetäytymisestä, syrjään asettumisesta (lat. retraho). Näin ajatellen retriitti viittaa paikkaan, joka on toisenlainen ja olosuhteet muutenkin poikkeavat totutuista oloista. Vetäytyminen tavanomaisista oloista kertoo myös kriittisestä asenteesta vallitsevia arvoja ja elämäntapaa kohtaan.

Toiseksi retriitissä on kysymys sanoista luopumisesta ja vaikenemisesta eli halutaan vaalia hiljaisuutta. Hiljaisuus kutsuu kuuntelemaan omia tuntemuksia ja Jumalan ääntä. Vetäytymisen ja kuuntelun voisi katsoa liittyvän yhteen, sillä vetäytyminen antaa aikaa kuuntelemiselle ja oman elämäntilanteen tutkimiselle (Kotila & Häyrynen 2003, 20 – 21 .)

Erakkomunkkilaisuus on ollut alunperin protestiliike kirkon maallistumista ja valtion kanssa liittoutumista vastaan. He lähtivät pois ja pakenivat erämaahan perustaakseen todellisen kristillisen yhteisön. Elämä luostarissa on myös ollut konkreettisesti hiljaisuuteen vetäytymistä, vaikenemista ja rukoukseen keskittymistä (Lappalainen ym. 1998, 147.) Katolisessa messussa vietettävässä hiljaisuudessa on pitkät vuosituhantiset perinteet kirkon ja Israelin kansan historiassa. On ollut tärkeätä osata olla hiljaa Jumalan edessä. Luostareissa kehitettiin jo varhain rukouksia, joihin kuului hiljaisuus. Myös

sapatin määrääminen levon ja rauhan päiväksi luo perustaa hiljaisuuden viettämiselle (Lappalainen ym. 1998, 159.)

5.2 Autiomaan vetäymispaikkana

Kristinusko on syntynyt Palestiinassa, jonka ympärillä on runsaasti asumatonta autiomaata. Autiomaalla on Raamatussa suuri merkitys, sillä Israelin kansa oli autiomaassa kun se ensimmäistä kertaa kohtasi Jumalansa. Elia vaelsi autiomaahan kohdatakseen Jumalansa ja israelilaisten vaellus autiomaassa kesti neljäkymmentä vuotta(5. Moos. 8:2).Johannes Kastaja valmistui tehtävänsä autiomaassa (Luuk. 1.8) ja myös Jeesus vietti autiomaassa neljäkymmentä vuorokautta Johannekselta saamansa kasteen jälkeen(Matt. 4:1-11). Qumranin yhteisön jäsenet perustivat luostarinsa autiomaan hiljaisuuteen Kuolleenmeren rannalle, jossa he kokivat olevansa lähellä Jumalaa (Kotila & Häyrynen 2003, 21.)

Eri raamattuviitteiden mukaan autiomaan koetaan paikkana Jumalan kohtaamiseen sekä omaan tehtävään ja kutsumukseen valmistautumisen paikkana.Markus kertoo evankeliumissaan, miten Jeesus antoi opetuslapsilleen merkin vetäytymisestä.

”Lähtekää mukaani johonkin yksinäiseen paikkaan, niin saatte vähän levähtää. Ihmisiä tuli ja meni koko ajan, eivätkä opetuslapset ehtineet edes syödä. Niin he lähtivät veneellä mennäkseen autiolle seudulle yksinäisyyteen.”

Näitä sanoja on mainittu hiljaisuuden liikkeen parissa ”retriitin asetussanoiksi”, jotka antavat perustan retriittitoiminnalle ja luvan levätä (Kotila & Häyrynen 2003, 22 – 23.

5.3 Erämaaisien perinne

Konstantinus Suuri teki kristinuskosta sallitun uskonnon Rooman valtakuntaan vuonna 313 ja myöhemmin valtionuskonnon. 300-luvun kehitys näyttää kristinuskon voittokululta, sillä Rooman keisarit toivoivat kristinuskosta eheyttävää tekijää, joka olisi tukenut hajoavan valtion yhtenäisyyttä ja tuonut uutta aatteellista ryhtiä. Kristinuskon ulkoinen vahvistuminen helpotti uuden uskonnon leviämistä, mutta joukolle kristittyjä kirkon uusi ulkoinen menestys merkitsi kuitenkin kirkon maallistumista. He pelkäsivät ulkokohtaisen seremoniallisuuden uhkaavan myös kristinuskoa. Heidän reaktionsa kirkon maallistumiseen oli pako erämaiden erakkomajoihin ja vaatimattomiin yhteisöihin. Näin saivat alkunsa askeettisten erämaaisien liike.

Erämaaisät ja -äidit halusivat ottaa vakavasti evankeliumin mukaisen elämäntavan ja halusivat toimia maailmassa vaikuttavia tuhoavia ja turmelevia voimia vastaan. Näin heistä kasvoi uudenlaisia hengellisiä vaikuttajia (Kotila & Häyrynen 2003, 25.)

300-luvun askeettiseen liikkeeseen kuului myös abba Arsenios, joka rukoili Jumalaa sanoen: ”Herra, johdata minut pelastuksen tielle.” Hän kuuli äänen vastaavan hänelle: ” Arsenios, pakene, vaikene ja rukoile lakkaamatta, sillä ne ovat synnittömyyden lähteet.” Vastauksessa ilmoitettiin erämaiden askeettisen liikkeen kolme pääkorostusta; 1. pakeneminen maailmasta ja sitä seuraava yksinäisyys, 2. Vaikeneminen eli hiljaisuus ja 3. lakkaamaton rukous, jonka saavuttaminen on askeettisen elämänmuodon keskeinen tavoite.

Askeettisesta liikkeestä kehittyi maailmasta vetäytymisen liike. Erämaaisät etsivät elämää yksinäisyydessä, mutta kuitenkin heistä tuli monille sielunhoitajia ja hengellisiä ohjaajia. Monet ihmiset tulivat heidän luokseen kysymään neuvoa. Erämaaisiä kutsuttiin jo heidän elinaikanaan ihmisiksi, joiden kautta maailma varjeltuu eli niistä jotka pakenivat maailmaa, tuli maailmassa elävien pelastus.

Erämaaisät olivat syvästi uskovia, lujia askeetteja ja he elivät voimakasta ja syvää rukouselämää. He eivät olleet tutkijoita eivätkä oppineita, eivätkä jättäneet jälkeensä teologisia tutkielmia (Kotila & Häyrynen 2003, 26.)

Erämaaisien hiljentyminen oli jokapäiväistä ja arkista, monien uuvuttavien töiden, ja väsymyksen lomassa tapahtuvaa pysähtymistä rukouksen äärelle. Heitä ei voi verrata profeettoihin tai apostoleihin. Luther mainitsi erämaaisista näin: ” sillä he ovat meille suureksi lohduksi, kun näemme, että Jumalan pyhät ovat olleet yhtä heikkoja kuin mekin” (Häyrynen & Rissanen 1990, 28 – 31.)

Erämaiden isien erityisesti vaalima ja opettama rukoustapa hesykasmi, tarkoittaa rauhoittumista ja hiljentymistä. Yhteyttä Jumalaan etsitään vaikenemisesta, yksinäisyydestä ja hiljentymisestä. Hesykasmin tavoitteena on sisäinen hengellinen tasapaino ja Jumalan jatkuvan läsnäolon tunteminen. Näihin on välineenä jatkuva rukous eli sydämen rukous (Jeesuksen rukous). ”Herra Jeesus Kristus, Jumalan Poika, armahda minua syntistä”. Se on kehittynyt kunnioituksesta, jota Vanhassa testamentissa osoitetaan Jumalan nimeä kohtaan ja siitä tavasta miten Jeesuksen nimeä käytetään Uudessa testamentissa (Kotila & Häyrynen 2003, 27.)

Erämaaisien rukoustapaan kuului samankaltaisten lyhyiden Raamatusta peräisin olevien rukousten toistaminen. Tällaisia ovat esim. nykyisin rukoushetken johdanto; ”Jumala pelasta minut, Herra riennä avukseni” ja ”Ole minulle syntiselle armollinen” ja vielä ”Herra tahtosi ja tietosi mukaan, pelasta minut”. Jeesuksen rukousta sanotaan sydämen rukoukseksi, sillä sydän merkitsee tässä ihmisen fyysisten toimintojen ja hänen hengellisen elämänsä keskusta (Kotila & Häyrynen 2003, 28 – 29.)

Idän kirkon opettajat toistavat yhä uudestaan, että ihmisen tulee rukouksessa unohtaa pään tieto ja rukoilla sydämellään. Rukouksessa koko ihminen rukoilee ja sillä on myös fyysinen ulottuvuutensa, siihen voidaan yhdistää esim. hengityksen säätely. Jeesuksen rukouksen kehityksessä on kolme vaihetta: huulten, ymmärryksen ja sydämen rukous. Rukous alkaa tiettyjen sanojen

toistamisella. Kun rukoilija kykenee pitämään ajatuksensa sanojen merkityksessä, on hän siirtynyt toiseen vaiheeseen eli ymmärryksen rukoukseen. Tämän jälkeen rukous laskeutuu sydämeen, silloin sen voi syventää helposti, luontevasti ja ikään kuin itsestään (Kotila & Häyrynen 2003, 28 – 30.)

400-500-luvuilla erämaaisien piirissä alkunsa saanut hesykasmi löysi tiensä Venäjälle. Ortodoksisessa kirkossa lakkaamatonta rukousta eli hesykasmiä ovat kehittäneet mm. Makarios Egyptiläinen (k. 390), Johannes Klimakos (k.649) ja Serafim Sarovilainen (k.1833). Lopullisen muotonsa sai Filokaliassa, joka on Makarios Notaraksen ja Nikodeemos Athosvuorelaisen kokoama teos. Se sisältää 300-1400-luvuilla eläneiden erakkojen opetuksia. Jeesuksen rukous tuli tunnetuksi 1800-luvun lopulla tuntemattoman kirjoittajan teoksesta Vaeltajan kertomuksia (Kotila & Häyrynen 2003, 30.)

6 SUOMALAINEN HILJAISUUS JA HILJAISUUDEN RETRIITTI

Pyydän, että saisin rukoilla esirukoukseni
hiljaisuudessa
niin kuin olisin oksa talvisessa metsässä
keskellä metsää.

Niilo Rauhala, Valossa näkyy kirjoitus

6.1 Elämän mielekkyyden etsintä

Useissa suomalaista yhteiskuntaa kartoittavissa tutkimuksissa on kiinnitetty huomiota arvojen ja elämän tarkoituksen merkityksellisyyteen yksilön ja yhteisön elämässä. Tätä pohtii myös Jorma Sipilä kirjassaan Sosiaalipolitiikan tulevaisuus. Hänen mukaansa inhimillisten arvojen moninaisuuden unohtava tiede on edistämässä arvopäämäärien kaventumisprosessia. Emotionaalisuus, eettisyys, esteettisyys ovat yleisinhimillisiä ulottuvuuksia. Näihin ymmärtämättömästi suhtautuva yhteiskunta muuttuu rationaaliseksi pahoinvointiyhteiskunnaksi. Sipilän mukaan yhteiskunnassa nähdään paljon vaivaa hallinnollisten järjestelmien kehittämiseksi ja kyseinen työ onkin välttämätöntä. Se ei kuitenkaan ulotu ytimeen asti, sillä ytimen tavoittamiseksi pitäisi keskittyä kysymykseen millaisia ihmisiä järjestelmässä kehittyi.

Sisäisen elämän hallinnan kysymyksiä pohtivat tämän ajan ihmiset ovat eri asemassa edeltäviin sukupolviin verrattuna. Meiltä puuttuu yhtenäiskulttuurin ehjä elämännäkemyks ja selkeä arvopohja. Elämäntuntojamme saattaa leimata juurettomuus ja irrallisuus. Kirkkojen piirissä tällaista kehitystä on pidetty

valitettavana, mutta asialla on kuitenkin myös kääntöpuolensa. Nimittäin kasvava kiinnostus sisäisen elämän vaalimiseen. Tämä osoittaa huomattavan joukon aikalaisiamme olemaan valmiita hakeutumaan sinne, missä heidän pyrkimyksilleen osoitetaan ymmärtämystä, heidän kysymyksensä kuullaan ja niihin vastataan. Kiinnostuksen lisääntyminen henkisen kasvun ja sisäisen elämän teemoihin ei selity pelkästään yleisistä ajassa ja yhteiskunnassa vaikuttavista tekijöistä, vaan jokaisen ihmisen oma elämänhistoria sisältää monia pysähdyttäviä tapahtumia (Häyrynen & Rissanen 1990, 12 – 16)

Pinnalliseksi moititun aikamme keskellä on kuitenkin koko ajan kätkeytyä elämää ymmärtävää syvällistä viisautta, joka on karttunut hiljalleen elämäkokemuksen myötä. Ihminen itse on oman elämänsä paras asiantuntija. Itsetuntemus lisääntyy varsinkin silloin kun on aikaa, mahdollisuuksia ja voimavaroja kysellä pahan olon syitä ja sanomaa. Mikään auktoriteeteilta tai kirjoista saatu viisaus ei korvaa oman näkemyksen todeksi elämistä (Häyrynen & Rissanen 1990, 17.)

”Syksyllä 1988 Jyväskylässä järjestetyn Totuusfoorumin kanavista yksi käsitteli hiljaisuuden merkitystä tämän ajan ihmiselle. Muuan yleiskeskustelun yleisöpuheenvuoron käyttäjä kuvasi omaa hiljaisuuden ja rauhan etsintäänsä. Hänen tapansa vaalia hiljaisuutta vaikuttaa perisuomalaiselta. Harvakseltaan ja painokkaasti hän totesi:” Minun hiljaisuuteni tärkeimmät elementit ovat mökki, sauna, kynttilät ja takka”. Sanoiin sisältyy voimakas lataus. Ne tuovat mieleen monia mieluisia mielikuvia ja muistumia. Monelle nämä apuvälineet ilmentävät elämässä jaksamisen kannalta välttämättömiä kiinnekohtia. Ne mahdollistavat levon, rauhoittumisen ja välimatkan ottamisen tavalliseen elämänmenoon”. (Häyrynen & Rissanen 1990, 15.)

6.2 Hiljaisuus suomalaisena elämäntapana

Me suomalaiset olemme luonteeltamme hiljaista kansaa. Olemme edelleen sydämeltämme korven ihmisiä ja luonnon yhteyteen kasvaneita. Meitä yritetään muovata eurokelpoisiksi, niin että osaisimme olla sosiaalisesti vilkkaita ja toimeliaita, matkustelusta ja muodista kiinnostuneita ja hallitsisimme sujuvan small talkin. Mutta kunnes vapaa-aika koittaa hakeudumme luonnon helmaan

maalle, metsään ja vesien ääreen. Olemme vaiteliasta kansaa ja sauna on monelle hiljaisuuden paikka. Suomalaiselle metsä ei ole villi erämaa, vaan turvapaikka, jossa voi itkeä itkunsa ja löytää lohdutuksen suruunsa (Lappalainen ym. 1998, 125.)

Edesmenneen kirjailija Elina Karjalaisen mielestä luontokaan ei ole hiljainen, vaan täynnä ääniä ja elämää. Luonnon äänet ovat kuitenkin niin pehmeitä, että niistä huolimatta on helppoa vajota hiljaisuuteen. Hänen mielestään tämä johtuu siitä, että luonnon äänet ovat hiljaisuutta jo itsessään (Lappalainen ym. 1998, 30.)

Vanhassa suomalaisessa elämänmuodossa hiljaisuudella oli oma vakaa paikkansa. 1900-luvun puolella välissä oli vielä itsestään selvää hiljentymisen sunnuntain ja pyhäpäivien yhteydessä. Jumalanpalveluksen ja suurien juhlapyhien aikana ei ollut sopivaa kyläillä, hiljaisuudella osoitettiin kunnioitusta pyhää kohtaan (Lappalainen ym. 1998, 28.)

Suomalaista kristillistä hiljaisuutta ja hengellisyyttä ovat pitkällä aikavälillä pääasiassa muokanneet katolinen, luterilainen ja pietistinen hengellinen perinne. Suomalainen hengellisyys ei ole kehittynyt itsekseen, vaan siihen ovat vaikuttaneet vuosisatojen ajan niin lännestä katoliset ja luterilaiset vaikutteet kuin idän suunnasta ortodoksiset vaikutteet (Häyrynen ym. 2003, 153.)

Yhteiskunnan tehokkuuden malli, joka pitää otteessaan niin työelämässä olevia kuin siitä pois tipahtaneitakin, on epäinhimillinen ja kova. Ihmisen aidolle olemiselle ja sisäiselle elämälle ei jää tilaa. Hiljaisuutta ovat ensimmäisinä lähteneet etsimään henkilöt, jotka kokevat olevansa väsyneitä ja stressaantuneita ja erityisesti ihmiset, joiden työhön kuuluu toisten hoivaamista ja huomioon ottamista ja kuuntelemista. He hakeutuvat yleensä hiljaisuuteen, jossa ei ole ulkoa tulevia vaatimuksia (Lappalainen ym. 1998, 126.)

Hiljaisuutta kohtaan tunnettu kiinnostus on lisääntynyt viime vuosina. Hiljaisuus on matka kohti yksinkertaisuutta ja mutkattomuutta ja se auttaa selvittämään,

mikä elämässä on olennaista ja merkityksellistä ja mikä taas pintakohua. Hiljaisuus on oman usein kadoksissa olevan minän löytämistä (Lappalainen ym. 2003, 126.)

Niilo Rauhala kertoo omasta hiljentymisestään seuraavaa: ”Yksinäisyyteen vetäytymiseen liittyy usein tehtävien ja ihmisten läsnäolon torjuntaa. Se on välttämätöntä. Yksinäisyys ja siihen kuuluva hiljaisuus luo etäisyyttä toisiin ihmisiin, aivan tietoisestikin. Kuitenkin siinä hiljaisuudessa elää myötätunnon mieli. Hiljaisuus luo etäisyyttä, jotta voisi olla lähellä toista ihmistä (Lappalainen ym.1998, 108.)

Hiljaisuus raivaa tilaa rukoukselle, sanan tutkimiselle ja myös ajatuksille ja muistoille niistä ihmisistä, joita on kohdannut elämän eri tilanteissa. Samalla kun kuuntelen hiljaisuutta, minuun sisäistyy ihmisten yhteinen suru, kaipaus ja toivo, niin myös maailman tuska. Luonto ja hiljaisuus kuuluvat yhteen. Kuuntelen luontoa korvin ja sydämin, katselen ja tarkkailen sen ääriviivoja ja yksityiskohtia. Olen itsekkin luonnon elävä kudos ja koen kipeästi, että myös minua riisutaan ja minä lakastun” (Lappalainen ym.1998, 108, 110 ja 114.)

6.3 Tulkaa te yksinäiseen ja autioon paikkaan, ja levähtäkää vähän

Tämä Markuksen evankeliumin kertomus luonnehtii retriitin keskeistä periaatetta. Pyrkimys ei ole kertakaikkiseen rauhaan vaan hetkelliseen välimatkan ottamiseen. Retriitin luonnehtiminen hengelliseksi hiljaisuuden retriitiksi on tarpeen retriitti-sanan monenlaisen käytön vuoksi. Hengellinen hiljaisuuden retriitti kertoo olennaisen piirteen kokoontumisen luonteesta (Häyrynen & Rissanen 1990, 69 -70.)

Kansainvälinen kirkkojen välinen yhteistyö lisääntyi 1960 – ja 1970 – luvuilla. Suomeen saapui uusia toimintatapoja ja virikkeitä, ja yksi näistä oli retriitin vietto. Retriitin kannalta tärkeitä yhteyksiä luotiin Englannin ja Ruotsin retriittiliikkeisiin. Ensimmäiseksi retriittikeskukseksi muodostui Porvoon

hiippakunnassa sijaitseva Snoanin retriittitalo Hangon lähetyksillä. Helsingin seurakuntayhtymän nuorisotoimisto järjesti 1973 kaksi tapahtumaa, joiden nimenä oli ” hiljaiset päivät ”. Retriittien vietto yleistyi ja laajeni vähitellen, ensin kirkon työntekijöiden keskuudessa, ja myöhemmin alkoivat osallistua myös seurakuntalaiset retriittitoimintaan. Aluksi retriittejä järjestettiin seurakuntien leirikeskuksissa nimellä ” Rukouksen ja hiljaisuuden päivät”. Toiminta keskittyi pääasiassa Helsingin seudulle, mutta lähti sieltä leviämään myös muihin maakuntiin (Häyrynen & Kotila 2003, 104 – 105.)

Piispainkokous asetti 1986 työryhmän selvittämään retriittitoiminnan asemaa ja tehtävää Suomen kirkossa. Työryhmän mietinnössä todettiin retriitin liittyvän kristilliseen mietiskelyperinteeseen, johon kuuluu hengellisten harjoitusten ja hiljaisuuden vaaliminen. Rukoushiljaisuuden ja meditaation merkitys jäi reformaation kirkossa vähälle huomiolle. Suhtautuminen ei kuitenkaan johtunut periaatteellisista kannanotoista. Työryhmän muistiossa todettiin ettei hiljaisuuden harjoittamisessa ja mietiskelyssä ole mitään sellaista, joka ei sopisi luterilaiseen kirkkoon. Ristiriitoja ei havaittu ja todettiin, että retriitti liittyy kirkon omaan hengelliseen perintöön. Niinpä siitä tuli osa kirkon toimintaa (Häyrynen ym. 2003, 313 – 314.)

Retriitti on yksi monista kristikunnassa vaalituista hiljaisuuden tavoista. Se on muotoutunut katolisen kirkon uudistusliikkeenä 1500-luvulla. Viime vuosikymmeninä retriittien pito on yleistynyt myös protestanttisissa kirkoissa ja vapaakirkollisissa yhteisöissä. Suomessa retriittiliike on syntynyt pääosin 1970-luvulla, siihen on saatu vaikutteita ruotsalaisesta retriittitoiminnasta ja muista ekumeenisista yhteyksistä. Retriitti-termi tarkoittaa takaisin, erilleen vetätymistä, levon löytämiseksi (lat. Re-traho, vetää, pakottaa takaisin, noutaa takaisin, pidättää, estää, pelastaa)(Häyrynen & Rissanen 1990, 69 – 70.)

Ei ole yhtä ainoaa ja oikeaa tapaa olla retriitissä. Oikea tapa on se mikä kullekin tulijalle on sillä hetkellä mahdollista. Monesti retriittiin osanottaja on tullessaan työnsä tai elämäntilanteensa uuvuttama tai erilaisten kysymysten vaivaama. On

tuntunut tarpeelliselta lähteä kuuntelemaan itseään hiljaisuudessa. Hiljaisuuden retiriitissä on olennaista armon kokeminen ehdoitta, ja sellaisenaan hyväksytyksi tuleminen. Retiriitissä painotetaan myös vaatimattomuuden ja avoimuuden asennetta, hiljaisuutta ei voi káskeä vaan se avautuu vähitellen. Levähtäkää armon varassa läsnäolon salaisuutta kuunnellen on lähtökohtana hiljaisuuden retiriitin vietolle (Häyrynen & Rissanen 1990, 70 – 72.)

Metropoliitta Johanneksen mielestä retiriittiin ja rauhaan ei hakeuduta kevein perustein. Yritys saavuttaa sisäinen rauha ei ole jokaiselle sopiva, eikä saavutettava asia. Hänen mukaansa kristillinen kilvoittelu ei kuulu vain pelkästään munkeille ja nunnille, vaan kaikille kristityille. Yrityksistä huolimatta sisäisen ja ulkonaisen rauhan saavuttaminen voi olla vaikeaa. Tämän hetkisen maailmamme elämäntyyli ja vaatimukset eivät tue henkisiä arvoja (Metropoliitta Johannes 2003, 26 – 29.) ” Meidän tulee hiljentyä niin ulkonaisesti kuin sisäisesti, jotta syntyisi tilaa hyvälle ja rauhaamme edistävälle ajatuksille ” (Metropoliitta Johannes 2003, 5.)

Vuosien kuluessa suomalaisen retiriikkiliikkeeseen on syntynyt erilaisia retiriitin viettomuotoja ja korostuksia. Eniten sijaa saaneet ovat Taizen yhteisöstä saadut vaikutteet. Suomessa vietetään joitakin kveekariperinteen mukaisia retiriittejä, sekä ignatiaanisia retiriittejä. Ignatiaaniset retiriitit perustuvat Ignatius Loyolan luomaan metodiin ja nämä retiriitit ovat yleensä myös pitempiä, noin viikon kestäviä (Häyrynen ym. 2003, 306.) Ranskassa sijaitsevassa Taizen ekumeenisessa yhteisössä tärkeinä retiriitin elementteinä Raamatun tekstien ohella, ovat meditatiiviset rukouslaulut ja hiljaisuus. Taizen yhteisöstä alkunsa saanut retiriitinvieton järjestys on tullut Suomessa suosituksi erityisesti nuorten ja rippikoululaisten keskuudessa (Häyrynen ym. 2003, 273.)

Anna-Maija Raittila kertoo retiriitistä seuraavaa: ” Hiljaisuuden retiriitti on lähtöisin luostarielämän pitkästä käytännöstä, samoin sen kaksi keskeistä piirrettä: ollaan yhdessä hiljaa ja päivien runkopilareina ovat rukoushetket, aamuisin Herran pyhä ehtoollinen. Päivärytmi on väljä, mutta säännöllinen, sen tyyni järjestys voi

auttaa retriittivierasta vapautumaan paineistaan. Vaikka jokaisella vieraalla on oma huone, tilaa yksinäiseen pohdiskeluun tai lueskeluun, aikaa levätä ja liikkua luonnossa, moni kokee hyvänä yllätyksenä juuri yhteisyyden” (Raittila 1993, 18.)

6.4 Retriitin puitteet

Retriitit järjestetään yleensä seurakuntien leiri- ja kurssikeskuksissa tai erityisissä retriittikeskuksissa. Retriitin viettopaikassa tulee olla retriittiin soveltuvat tilat, esimerkiksi jokaiselle osallistujalle oma huone, ruokailumahdollisuus ja paikka, jota voidaan käyttää kappelina jumalanpalveluksiin, ja muihin yhteisiin hetkiin. Lisäksi tarvitaan oleskelutilat ja mahdollisuus oleskella luonnossa. Retriitissä on annettava tilaa yksityisyydelle, mutta kuitenkin siihen kuuluu myös yhteisöllisyyden ulottuvuus (Häyrynen & Kotila 2003, 56 – 59.)

Hiljaisuudessa yhdessä eläminen perustuu keskinäiseen vuorovaikutukseen ja kunnioitukseen. Kaikilla retriittiin tulleilla on oma tehtävänsä, osanottajilla, ohjaajilla ja tapahtumapaikan henkilökunnalla. Osanottajamäärä on yleensä suhteellisen pieni n.10-20 henkeä. Jokaisella osallistujalla on oma huoneensa, jossa on mahdollisuus kokea yksityisyyttä ja rauhaa (Häyrynen & Rissanen 1990, 72.)

6.5 Retriitin kesto ja päiväohjelma

Yleensä retriitit ovat viikonlopun mittaisia, eli perjantai-illasta sunnuntai-iltapäivään. Pidemmät, viikon mittaiset retriitit sijoittuvat lomakausiin ja juhlapyhien kohdalle. Hiljaisuuden retriitissä vetäytytään rauhaan ja yksinäisyyteen. Se ei kuitenkaan tarkoita tapahtumattomuutta ja täydellistä yksin oloa. Vuosisatojen aikana hioutunut päiväohjelma pitää sisällään

keskittyneen hiljaa olemisen ja kuuntelun. Päiväohjelmaan sisältyy elementtejä, joissa hiljaisuuden katkaisee yhteinen laulu ja tekstin lukeminen (Häyrynen & Rissanen 1990, 73 – 74.)

Johdantopuheenvuorossa retriittiohjaaja esittelee kokoontumispaikan ja päiväohjelman. Hän kertoo mikä retriitti on, ja esittelee retriitin teeman, sekä miten hän aikoo teemaa käsitellä (Häyrynen & Rissanen 1990, 75.) Retriiteissä ei yleensä esittäydytä, jokainen kertoo vain oman etunimensä. Ei ole tarpeen kertoa oppiarvoaan, ammattiaan tai työpaikkaansa. Johdantopuheenvuorossa tulee kertoa myös mahdollisuus sielunhoidollisiin keskusteluihin. Keskustelut ovat pienimuotoisia, noin puolen tunnin mittaisia ja niihin varataan aika etukäteen (Häyrynen & Kotila 2003, 59 – 60.)

Hiljaisen päivän ensimmäinen yhteinen kohtaaminen tapahtuu ehtoollisjumalanpalveluksessa eli messussa. Ryhmä on yleensä pieni ja pappi voi toteuttaa sen yksin tai mahdollisesti toisen ohjaajan kanssa (Häyrynen & Kotila 2003, 65.)

Toinen sanan kuulemisen elementti on hetkipalvelukset, joka toteutetaan esilukijan ja seurakunnan vuorolukuna ja -lauluna. Hetkipalvelukseen yhtyessään osanottaja liittyy samalla rukoukseen, jonka juuret ovat juutalais-kristillisessä rukousperinteessä. Sekä Vanhassa että Uudessa testamentissa on monia viittauksia ”hetkiin”. Retriitin hiljaisuudessa on tärkeää liittyä kirkon yhteiseen lakkaamattomaan rukoukseen (Häyrynen & Rissanen 1990, 6.) Hetkipalvelus syntyy rukoushetkien kokonaisuudesta päivän aikana tietyin väliajoin toistuvista rukouksien sarjasta. Tämä muodostaa retriitin perusrhythmin. Hetkipalveluksessa keskeistä on psalmirukous eli psalmien lukeminen tai laulaminen (Häyrynen & Kotila 2003, 61.)

Meditaatio eli mietiskely on rukouksen muoto. Meditaatio on rukousta ilman sanoja. On tärkeää, että jokaisella rukoilijalla on hyvä asento, jotta keskittyminen rukoukseen onnistuu (Häyrynen & Kotila 2003, 73.) Retriitin

meditaatiot voidaan toteuttaa kahdella tavalla, yleisin lienee raamattumeditaatio. Toinen meditaatiomenetelmä on Jeesuksen rukouksen tai jonkin muun lyhyen tekstin toistaminen (Häyrynen & Rissanen 1990, 77.)

Opetus- eli virikepuhe on ohjaajan puheenvuoro jostakin asiasta tai teemasta, jonka hän haluaa jakaa retriittiin osallistujien kesken. Virikepuhe saattaa olla ohjaajan kannalta kaikkein vaativin osa retriitti valmisteluissa (Häyrynen & Kotila 2003, 71.) Opetuspuhe on pohdiskelua uskon ydinkysymyksistä. Tarkoituksena on keskinäisen yhteyden ja hiljaisuudessa tapahtuvan tutkistelun tukeminen. Siinä on kysymys myös ohjaajan ja osallistujien välisestä hiljaisesta dialogista (Häyrynen & Rissanen 1990, 77.)

Tärkeäksi koetaan myös ohjelmaan kuuluva ateriointi, joka tapahtuu puhumattomuudessa, joko hiljaista musiikia tai soveltuvaa tekstiä kuunnellen. Ravinto liittyy myös rakkauteen ja ykseyteen.

Ulkona luonnossa liikkuminen koetaan rauhoittavana ja retriittiin sopivana toimintona.

Retriittikokemukseen vaikuttaa myös paikan ilmapiiri, johon voidaan pienillä yksityiskohdilla saada ilmettä ja tunnelmaa, esimerkiksi kynttilöillä ja kukilla.

(Häyrynen & Rissanen 1990, 76 – 78.)

Retriittivierailta on mahdollisuus kahdenkeskisiin keskusteluhetkiin retriittiohjaajan kanssa. Ohjaaja on tarvittaessa kuunteleva rippi – isä taikka -äiti. Aika on kuitenkin suht lyhyt, noin puoli tuntia, joten keskustelun ei ole tarkoitus olla terapiaistunto. Koko retriitin katsotaan olevan ohjausta ja sielunhoitoa. (Häyrynen & Kotila 2003, 78 – 79.)

Anna minulle tähden rauha
ja oksilla kuultavan yön.
Anna minulle erämaata kastelevan virran rauha
ja kosken pyörteessä läikkyvän kiven.
Anna minulle ristiltä laskeutuvan voittajan rauha
ja ovelteni kolkuttavan käden.
Anna huoneeseeni hänen silmiensä rauha,
sydämeeni sinun rauhasi.

Niilo Rauhala, Taivas käsissä sykkii, 1993

7. TURUN SEUDUN TYÖTTÖMIEN RETRIITTITOIMINTA

Turun Seudun TST ry toimii työttömien henkilöiden edunvalvontajärjestönä. Se on työttömien itsensä vuonna 1992 perustama demokraattinen, puolueisiin tai uskontokuntiin sitoutumaton yhdistys. Yhdistyksen tavoitteena on tarjota työttömälle omaehtoisen toiminnan kautta tukea mielekkääseen elämään, oma turvaverkko ja uusia mahdollisuuksia. Tällä luodaan pohjaa työttömän yksilöllisistä tarpeista lähtevälle aktivoivalle, työkuntoa ja ammattitaitoa ylläpitävälle toiminnalle (Turun Seudun TST:ry 2014.)

TST ry:n retriittiperinne on jatkunut yli kymmenen vuotta. Uskollisimmat retriittiin osallistujat ovat olleet mukana saman ajan. Ihmiset olivat aluksi epävarmoja mahdollisuudestaan osallistua retriittiin vähävaraisuutensa vuoksi. Tuolloin yritettiin kerätä yhteisiä varoja hankkimalla sponsorirahoitusta. Myöhemmin tilanne helpottui, sillä Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän diakoniakeskuksen yhteiskunnallinen työmuoto alkoi tukea taloudellisesti TST ry:n retriittitoimintaa. Siitä lähtien TST ry:n retriitit ovat olleet pääsääntöisesti loppuunmyytyjä (Retriittiohjaajan henkilökohtainen tiedonanto 8.2.2013.)

Retriittiin osallistujista on muodostunut ryhmä, joka kokoontuu aina uudelleen, jäsenet ovatkin alkaneet kutsua ryhmäänsä retriittiperheeksi. Alkuvuosina työttömyyden teema näkyi enemmän retriitin aihepiirissä, nykyisin siitä on luovuttu, sillä samat henkilöt tulevat uudelleen ja on hyvä jos aiheet vaihtelevat. Viime vuosien aiheita ovat olleet mm.

- Vuodenajan viisaat värit – luonto on viisas
- Valitse tänäänkin ilo
- Elämään vapautetut
- Älä menneitä murehdi

Virikepuhe pyritään pitämään valoisista aiheista. Retriiteissä korostetaan suorittamattomuutta, läsnäoloa tässä ja nyt omana itsenä, sekä lepoa.

(Retriittiohjaajan henkilökohtainen tiedonanto 8.2.2013)

8 TUTKIMUKSEN TAUSTA JA LÄHTÖKOHDAT

Ennen tutkimukseen ryhtymistäni otin yhteyttä Turun ja Kaarinan seurakuntien retriittipappiin ja sovin keskusteluajan hänen kanssaan, kysyäkseni mahdollisuutta tehdä retriittiä koskeva opinnäytetyöni Turun seurakuntien järjestämistä retriiteistä. Työni aihe ei tuolloin ollut vielä tarkoin selkiytynyt, ja kysyin häneltä neuvoa työni tekemiseen ja mahdollista tutkimusaihetta tai -ongelmaa, johon perehtyisin. Hän ehdotti minulle, että työni liittyisi diakoniatyöhön, koska itse opiskelin diakoniatutkintoa. Hän ehdotti myös, että rajaisin tutkimukseni johonkin tiettyyn diakoniatyöhön liittyvään ryhmään. Rajaaminen helpottaisi työni tekemistä ja pääsisin siitä alkuun paremmin. Hän ehdotti muutamia ryhmiä, joita arveli sopiviksi ja näistä valitsin Turun TST ry:n työttömien ryhmän, joka säännöllisesti kokoontui retriitin viettoon kaksi kertaa vuodessa. Tämä retriitti oli tarkoitettu nimenomaan työttömille henkilöille, ja siksi myös retriitin hinta oli edullisempi johtuen sen saamasta taloudellisesta tuesta Diakoniakeskuksen yhteiskunnalliselta työalalta.

Retriittipappi kehotti minua ottamaan yhteyttä Turun TST:n retriittivastaavaan, ja kysymään hänen mielipidettään tutkimuksestani. Seuraavaksi siis otinkin yhteyttä työttömien retriittivastaavaan ja sovin keskusteluajan hänen kanssaan. Sovimme tapaamisesta TST ry:n toimipaikassa. Nähdessämme kerroin hänelle mistä oppilaitoksesta olen ja mitä minulla on tarkoitus tutkia (Kuula 2011, 121 – 122.) Retriittivastaava kertoi, että työttömiin henkilöihin ja heidän yhteisöönsä kohdistuu monia tutkimuksia, ja että työttömyys ilmiönä kiinnostaa monia tutkijoita. Hän suostui kanssani yhteistyöhön ja auttamaan minua tutkimukseni tekemisessä. Sain luvan ottaa kyseisen työttömien retriittiryhmän tutkimuskohteekseni.

Alunpitäen tarkoitukseni oli osallistua itse retriittiin tehdäkseni havainnoivaa tutkimustyötä ja jakaa osallistujille heidän retriittikokemustaan koskevat kysymyslomakkeet. Tämä ei kuitenkaan ollut mahdollista retriittivieraiden

anonyymiuden säilyttämisen vuoksi ja kyselylomakkeetkin olisivat saattaneet häiritä retriittiin keskittymistä. Siispä sovimme retriittityöntekijän kanssa, että kysymyslomakkeet postitettaisiin osallistujille jälkikäteen. Tätäkään en voinut itse tehdä retriitin anonyymiusperiaatteiden takia. Ainoaksi vaihtoehdoksi jäi laatimieni kysymyslomakkeiden ja kirjekuorien toimittaminen seurakuntayhtymän retriittitoimistoon, josta työntekijä liittäisi niihin nimi- ja osoitetiedot, ja toimittaisi postiin (Kuula 2011, 200.) Mietin myös kysymysten lähettämistä sähköpostin välityksellä, sillä se olisi tullut edullisemmaksi. Sama tunnistettavuusongelma tuli kuitenkin esteeksi siinnäkin (Kuula 2011, 175 – 176.) En voinut itse osallistua tutkimukseni kohteena olevaan retriittiin. Halusin kuitenkin tutustua retriitin viettoon ja retriittipaikkaan ymmärtääkseni paremmin mistä on kysymys. Tuntui, että pystyn paremmin pääsemään sisälle työhöni kun olen kokenut jotain samankaltaista ja jo samassa fyysisessä ympäristössä oleminen helpottaa asian käsittelyä. Retriitti, johon osallistuvin järjestettiin samassa paikassa kuin työttömien ryhmän retriittikin eli Rymättylän Tammilehdossa. Tammilehdossa järjestetään suurin osa Turun ja Kaarinan seurakuntien retriiteistä.

8.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimusongelma

Tämän laadullisen tutkimuksen (Metsämuuronen 2006, 90-91.) tarkoituksena oli selvittää retriittiin osallistumisen merkitystä työttömille henkilöille. Tarkoituksena oli selvittää myös, kuinka tärkeää on osallistua retriittiin juuri tämän kyseisen ryhmän jäsenenä. Kiinnostavia olivat niinkään seikat, jotka saavat saman ryhmän jäsenet osallistumaan yhä uudelleen retriitin viettoon. Tutkimukseen ryhtyessäni sain muutamia kertoja kuulla, mielestäni melko negatiivisen mielipiteen siitä, mihin työttömät henkilöt tarvitsevat retriitin suomaa lepoa? Mielestäni kyse on paljon enemmästä kuin pelkästä lepäämisestä. Kyseessä on hengellinen tapahtuma, johon kaikilla pitäisi olla oikeus. Halusin myös tietää onko osallistumisella vaikutusta vailla työtä olevan ihmisen arjessa.

Retriittiin osallistujat irtautuvat muutamaksi päiväksi jokapäiväisistä arjen rutiineistaan. Tarkoituksena on hiljentyminen, jonka avulla voidaan keskittyä rukoukseen ja kuuntelemaan omaa sisintään. Retriitillä katsotaan olevan kaksi päätarkoitusta ; hengellinen vahvistuminen, sekä lepo ja rauhoittuminen (Häyrynen & Kotila 2003, 48.)

Turun TST ry:n jäsenille on järjestetty retriittejä jo yli kymmenen vuotta. Aluksi retriitit olivat omakustanteisia ja niihin anottiin sponsorirahoitusta. Monet työttömistä henkilöistä pitävät retriittien hintoja kalliina, eivätkä pystyisi osallistumaan niihin ilman ulkoapäin tulevaa taloudellista avustusta. Myöhemmin sponsorirahoituksen anomisesta luovuttiin ja työttömien retriittitoimintaan alettiin saada tukea Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän diakoniatyön yhteiskunnalliselta työmuodolta (Työttömien retriittiohjaajan henkilökohtainen tiedonanto 2013.)

Lähetämissäni kyselylomakkeissa oli puoliavoimia kysymyksiä, joihin saamistani vastauksista etsin vastauksia tutkimusongelmaani. Tutkimuskysymyksiksi muodostuivat seuraavat asiat;

Mikä on juuri tämän ryhmän merkitys sinulle ja

Miten koet retriitin vaikutuksen arjessasi

Saamistani kysymysvastauksista poimin esille asioita, jotka vastasivat kysymyksiini ja tuntuivat olevan tärkeitä vastaajille.

8.2 Tutkimuksen kohderyhmä ja tutkimusympäristö

Toteutin tutkimukseni Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän retriittipapin ja Turun TST ry:n retriittiohjaajan tukemana. Ensin tapasin seurakuntayhtymän retriittipapin, joka neuvoi minua tekemään tutkimukseni diakoniatyöhön liittyvästä ryhmästä. Muutamasta mahdollisesta ryhmästä valikoitui tutkimuskohteeksi työttömien retriittiryhmä.

Ryhmä kokoontui retriittiin säännöllisesti kaksi kertaa vuodessa, keväisin ja syksyisin. Retriittiä vietetään paikassa, jossa Turun ja Kaarinan seurakuntien retriittejä yleisesti vietetään, eli Rymättylän Tammilehdossa. Tammilehto sijaitsee Rymättylän kunnassa meren rannalla. Paikka on rauhallinen ja idyllinen. Tammilehdon retriittikeskus koostuu eri rakennuksista; päärakennuksessa ovat tilat yhteisiä hetkiä varten, kuten ruokailutilat, kappeli ja oleskelutilat. Lisäksi on kaksi majoiturakennusta, joissa jokaisella osallistujalla on oma tilava huone, sekä rantasauna ja sen yhteydessä takkahuone.

Tammilehdossa vietettävät retriitit ovat yleensä kestoltaan kolme päiväisiä, eli ne alkavat perjantai – iltana, ja päättyvät sunnuntai – iltapäivällä. Työttömien retriitit ovat kestoltaan vuorokauden pidempiä, ne alkavat torstai – iltaisin ja päättyvät samoin sunnuntai – iltapäivänä. Tutkimukseni kohteena oleva työttömien ryhmä kokoontui Tammilehtoon retriitin viettoon viideksi päiväksi. Aloituspäivä oli maanantai ja retriitti päättyi perjantaina, ajankohta oli 9. - 13. 9. 2013. Tuolloin pidetyn retriitin teemana oli lause: ” Sinä talutat minua neuvosi mukaan. ”

8.3 Aineistonkeruu- ja tutkimusprosessin kuvaus

Tein tutkimukseni laadullisen tutkimuksen luonteen mukaisesti. Aineistonkeruumenetelmänä käytin lomakekyselyä, joka lähetettiin niin sanottununa postikyselynä tarkkaan rajatulle joukolle, tässä tapauksessa työttömien retriittiryhmälle (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71.) Postitettava lomakekysely toimii useimmiten kvantitatiivisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmänä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 74.), mutta tutkittavan ryhmän anonyymiuden säilyttämisen vuoksi ei juuri muuta vaihtoehtoa ollut kuin postitettava lomakekysely. Kyselyssä, jonka tarkoitus on olla laadullinen, eikä määrällinen tutkimus, on kysymysten tarpeen kohdistua juuri kysyttävän asian ytimeen. Vastausten on oltava sellaisia, että niistä saadaan vastaus tutkimusongelmaan. Lomakekyselyssä ei myöskään ole mahdollista tehdä lisä- tai tarkentavia kysymyksiä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.)

Lähetämissäni lomakkeissa oli seitsemän kysymystä, joista tämän työn analyysiosassa käsittelen kaksi kysymystä. Näiden kahden kysymyksen vastauksista haen vastauksia tutkimusongelmaani.

Tutkimukseni tarkoituksena oli pyrkiä selvittämään retriitin merkitystä valitsemalleni työttömien ryhmälle. Valitsin kysymyksistäni ne kysymykset, joiden katsoin antavan vastauksen tutkimusongelmaani. Kysymykset olivat tyypiltään puoliavoimia (Tuomi & Sarajärvi 2009, 77.)

Tutkimusmenetelmäni voidaan luonnehtia laadulliseksi tapaustutkimukseksi, joka tutkii tiettyä tapahtumaa, henkilöä tai ryhmää (Metsämuuronen 2006, 90.)

Tässä tutkimuksessani molemmat olivat tärkeitä elementtejä, tapahtuma ja ryhmä.

Lähetin kysymyslomakkeeni 16 kyseessä olevaan retriittiryhmään osallistuneelle. Toimitin kyselylomakkeet kirjekuorissaan ja palautuskuorineen seurakuntien retriittitoimistoon, jossa toimiston työntekijä liitti kuoriin retriittiin osallistujien nimet ja myös postitti ne. Tämä menettely oli tarpeen siksi, etteivät osallistujien nimet ja yhteystiedot tulisi tietooni. Lähetin kysymyslomakkeeni kaikille osanottajille, joista tasan puolelta sain vastauksen. Vastausprosentti oli siis 50 %. Kyselylomakkeen kysymyksillä halusin saada selville, mikä merkitys tällä ryhmällä on osallistujalle, ja mikä on retriitin anti ja vaikutus retriitin jälkeen osallistujan arjessa. Saamani vastaukset olivat pitkälti samankaltaisia, suuria eroavaisuuksia vastausten suhteen ei ollut havaittavissa. Uskon tutkimusvastausten olevan melko luotettavia. Mikäli lähettäisin samat kysymykset uudelleen, oletan vastausten olevan pitkälti samankaltaisia (Metsämuuronen 2006, 57.)Perehdyin saamiini vastauksiin ja analysoin niitä sisällönanalyysimenetelmällä, joka on perusmenetelmä analysoitaessa laadullista tutkimusaineistoa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91,104.)

8.4 Analysointimenetelmät

Tässä tekemässäni tapaustutkimuksessa olen käyttänyt analysointimenetelmänä sisällönanalyysia. Laadullisen aineistolähtöisen tutkimuksen pääkohtia ovat analyysi, tulkinta ja johtopäätökset (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91.) Laadullisen aineiston analyysin tarkoituksena on tiedon lisääminen. Saatu hajanainen aineisto pyritään tiivistämään ja selkeyttämään, ja siitä yritetään tehdä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108.)

Aloitin analysoimaan kyselyvastauksista saamaani aineistoa Tuomi & Sarajärven Laadullinen tutkimus – kirjan esittämällä tavalla. Laadullisen aineiston analyysi jaetaan kolmivaiheiseksi prosessiksi. Ensin on pelkistäminen eli redusointi, toisena aineiston ryhmittely eli klusterointi ja kolmantena teoreettisten käsitteiden luominen eli abstrahointi

(Tuomi & Sarajärvi 2009, 109 – 111.)

Aineistoni koostui puoliavoimiin kysymyksiin vastatuista lauseista, joista aloin etsimään pelkistettyjä ilmauksia. Vastaukset olivat korkeintaan muutaman lauseen pituisia, ja vastasivat tarkasti esitettyyn kysymykseen. Redusoituani vastaukset huomasin, että ne voitiin jakaa neljään eri ryhmään eli pääluokkaan. Neljäksi pääluokaksi muodostuivat ; yhteisöllisyys, eli sosiaaliset suhteet, henkinen tuki, hengellisyys ja taloudelliset näkökohdat. Lähes kaikista vastauksista löytyi jokin näihin pääluokkiin kuuluva kommentti.

Aloitin ryhmittelyn eli klusteroinnin etsimällä vastauksista kaikki hengellisyyttä koskevat vastaukset, kaikki taloudellisiin seikkoihin viittaavat vastaukset ja niin edelleen. Alleviivasin aineistosta alkuperäisilmauksia, jotka vastasivat kysymyksiini. Nämä koodasin eri väreillä, eli yhteisöllisyyteen liittyvät vastaukset alleviivasin tietyllä värillä ja hengellisyyttä ilmaisevat vastaukset taas omalla värillään. Käytin neljää eri väriä, jokaiselle pääluokalle oma värinsä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109.)

9 AINEISTON ANALYSOINTI, TUTKIMUSTULOKSET

9.1 Yhteisöllisyys

Yhdeksi kirkon perustehtäväksi katsotaan kuuluvan diakonian ja yhteiskunnallisen vastuun, joissa Jumalan sana muuttuu konkreettisiksi teoiksi toisen ihmisen hyväksi (Meidän kirkko 2007, 40.)

Osallisuuden yhteisönä toimiminen merkitsee kirkolle jatkuvaa haastetta suunnitella, järjestää ja arvioida toimintaansa niin, että mahdollisimman moni löytää uskon merkityksen ja oman paikkansa kirkon toiminnassa, oman elämäntilanteensa mukaisesti (Meidän kirkko 2007, 4.)

Ryhmän merkitys on suuri, eri ryhmässä vieraampi olo.

Tämä ryhmä on tärkeä, en ehkä osallistuisi muihin ryhmiin.

Työttömien retiriitti vastaa hyvin edellä esitettyyn kirkon strategia linjaukseen. Työttömien ryhmälle on järjestetty heille sopiva toiminnan muoto. Ryhmä koetaan sellaisena, että sinne on hyvä palata aina uudelleen.

Työttömän status ratkaisi ryhmän, voisin ehkä mennä muualle myös.

Tunsin yhteenkuuluvuutta muihin työttömiin. Voisin osallistua muihin ryhmiin.

Henkilökohtaiset kohtaamiset luovat ihmisten välistä läheisyyttä, jota ylläpidetään yhteisen toiminnan ja vuorovaikutuksen avulla (Thiz 2013, 78.)

Mahdollisuus keskittyä läsnäoloon on tärkeintä, luonto, kodikas paikka ja kodinomainen henki. Yhteisö, jonka kanssa voi jakaa ilman niin suuria sosiaalisia paineita ja hälyä kuin muuten.

Luontevaa yhdessäoloa ja hiljaisuutta ilman suoritusta.

Vastauksista voi tulkita ryhmän merkitsevän paljon jäsenilleen ja toimivan monelle kimmokkeena lähteä mukaan retriittitoimintaan. Retriittiin osallistujat tulevat paikalle anonyymeina ilman, että kenenkään taustatietoja kerrotaan. Tästä huolimatta tuntuu helpommalta tulla samassa elämäntilanteessa olevien ihmisten pariin.

Keskeinen yhteys ja osallisuus ovat olleet kristityille ominaista jo kristinuskon alusta lähtien. Siihen kuuluu myös Jumalan luomien hyvien asioiden jakaminen toisten kanssa, jotta mahdollisimman moni pääsisi niistä osalliseksi (Meidän kirkko 2007, 3.)

Työttömille järjestetty retriittitoiminta on yhteisen hyvän jakamista, jotta kaikilla halukkailla olisi mahdollisuus päästä yhteisön jäseniksi. Tärkeä konkreettinen jakaminen tapahtuu myös retriitin muissa puitteissa, kuten ruokailussa, ulkoilussa ja saunomisessa, tai istumisessa takkatulen ääressä iltaisin.

Vapaata. Ulkoilen paljon. Aikaa itselle. ”Hyviä” ihmisiä ympärillä.
Luontoa lähellä.

Luonto lähellä, yhteiset hetket ja vahva yhteisöllisyys. Retriittiympäristö on jo voimaannuttava.

Retriittipaikan koen luonto- ja hiljaisuuskotinani.

Yhteisö voidaan nähdä sosiaalisena ilmiönä, joka perustuu säännöllisiin tapaamisiin ja yhteisiin taustatekijöihin. Näin yhteisyydestä muodostuu ihmisten mielissä yhteenkuuluvuuden tunne (Lehtonen 1990, 23 – 36) (Thiz 2013, 130.)

Työttömille tarkoitettu ryhmä nähtiin kaikissa vastauksissa myönteisenä tekijänä ja muutamien kohdalla se vaikutti osallistumiseen. Ilman tätä ryhmää he eivät osallistuisi, tuttu ryhmä motivoi osallistumaan. Jotkut vastaajista saattoivat ajatella osallistumista myös muihin ryhmiin.

Kiva kun on tuttuja, muttei välttämätöntä, yhteisöllinen tilanne.

Mukava nähdä tuttuja, osallistuisin eri paikoissa pidettäviin retriitteihin.

Kirkko joutuu toteuttamaan perustehtävänsä muuttuvassa maailmassa. Toimintaa suunniteltaessa ja kehittäessä joudutaan ottamaan huomioon ihmisten erilaiset tarpeet (Meidän kirkko 2007, 4.) Työttömien ryhmälle järjestetty mahdollisuus osallistua retriittiin osoittaa inhimillistä ajattelua ja on vastaus nykypäivän haasteeseen.

Ryhmä ja sen luoma yhteisöllisyyden tunne ja tuttuus koetaan kaikkien vastaajien mielestä tärkeänä. Muutamat vastaajista voisi ajatella osallistumista myös muihin ryhmiin.

9.2 Henkinen tukeminen

Toisella kysymykselläni halusin selvittää, miten työttömien retriittiryhmän jäsenet kokevat retriitin vaikutuksen tavallisessa arjessaan retriitin jälkeen ja retriitteihin osallistumisen välisenä aikana. Moni ryhmäläinen osallistuu retriittiin säännöllisesti.

Antaa toivoa vaikeuksissani, joihin ei näy apua. Auttaa ylläpitämään läsnäoloa.

On virkistävää olla hetki pois omasta arjesta. Työni oli hyvin riitaista ja ahdistavaa. Nyt ollut 3 vuotta työttömänä.

Monien suomalaisten huolena on pitkäaikainen yksinäisyys ja kontaktien puute, sekä niihin liittyvä avuttomuuden kokemus. Sosiaalitieteissä yhteisöllisyys koetaan vastavoimana nykyajan pinnalliselle elämäntyyliille (Hänninen & Timonen 2004, 213 - 214) (Thiz 2013, 130.)

Tunne, etten kuulu minnekään, enkä liity muiden joukkoon, työntää ihmisen yksinäisyyteen ja ulkopuolisuuteen. Perinteiset yhteisöt ovat vuosikymmenten aikana hajautuneet. Ihminen tarvitsee kuitenkin yhteisön, joka ottaa hänet

vastaan ja pitää hänestä kiinni (Utriainen 2004, 242 – 243) (Thiz 2013, 130.) Kyselyvastausten perusteella retriittikokemus lisää osallistujien henkisiä voimavaroja arjessa tasapainottaen ja tukea antaen. Retriitin vaikutus tuntuu kauemmin kuin vain retriitin ajan.

Eheytyamisen toivoa ylläpitävää. Mahdollisuus kohdata ja elää läpi omaa traumaattista historiaani ja tunteitani. Koen yhdeksi tukipylväistä, joiden varassa jaksan. Myös kosketuspinta lähimmäisiin.

Se rauhoittaa ja tasapainottaa arkeani.

Saan niistä voimaa.

Koen retriitin vaikutukset positiivisena.

Rauha, hiljaisuus voimaannuttavat + niiden aiheuttaman hämmennyksen ja ahdistuksen kohtaaminen tekevät minusta vahvemman ihmisen.

Vastaajat kuvaavat rauhan ja tasapainon tunteen jatkuvan arjessaan retriittien välisenä aikana. Voidaan olettaa retriitin vaikutuksen olevan voimakkaamman myös siitä syystä, että työttömien retriitit ovat kestoaltaan pitempiä.

Luonto, paikka jossa retriitti pidetään. Rauha, sain nukuttua hyvin.

Olen yleensä 2 kertaa vuodessa ja tunnen sen omaksi jutuksi. Tunnen tarvitsevani sitä ja saan voimaa kestää tätä joskus rankkaakin arkea.

Asioiden ja tilanteiden selkiytyminen. Tunnen Jumalan läsnäolon, joka tuo rauhaa, ideoita ja oivalluksia arjessani.

Meidän kirkko – osallisuuden yhteisö mietinnössä luonnehditaan kirkon diakoniatyön tavoitteita, joissa tarkoituksena on vahvistaa vertaisryhmiä ja niiden huolenpitoa jäsenistään. Kirkko haluaa olla mukana rakentamassa yhteistyöverkostoja, joihin ihmiset voivat kokea kuuluvansa ja joissa turvallisuuden tunne ja inhimillinen huolenpito lähimmäisistä toteutuvat (Meidän kirkko 2007, 40.)

Muutamissa vastauksissa kuvastuu elämän vastoinkäymisten aiheuttama suru ja lohduttomuus. Ja se, miten vaikeudet kuluttavat voimia. Vaikeat asiat kasautuvat, eikä mahdollisuutta muutokseen ole. On vain yritettävä sopeutua ja

jaksaa päivä kerrallaan.

Työttömyydestä, lähimmäisten menetyksistä johtuen keskittymiskyky vähissä. Joten esim. kirjojen lukemiseen ei keskittymiskyky riitä. Rymättylässä ”opin” lukemaan ja sain jatkettua lukemista kotona.

Seurakunnan toimintaan osallistuminen parhaimmillaan auttaa kiinnittymään ja sitoutumaan yhteisöön, jossa kanssakäyminen, uskonnollisuus ja huolenpidon ilmapiiri antavat vahvan yhteisen tunteen ja halun kantaa vastuuta yhteisöstä (Thiz 2013, 86.)

Muutamissa vastauksissa korostuu retriitin tarpeellisuus olla osallistujan henkisenä tukena. Ehkä säännöllinen osallistuminen retriittiin antaa arjessa turvallisuuden tunteen siitä, että on mahdollisuus palata rauhalliseen, suvaitsevaan yhteisöön, jossa ihmistä ei mitata hänen saavutustensa tai ulkoisten ominaisuuksiensa mukaan. Retriitissä voi kokea arjen ”luksusta” kauniissa ympäristössä, hyvän ruuan ja ystävällisten ihmisten keskuudessa. Kristinuskon rakkaudellisen sanoman pitäisi koskettaa jokaista tasapuolisesti, ketään ei saisi jättää sen ulkopuolelle. Kuten yhdessä vastauksessa todettiin ; ”yhteyden ja rakkauden ilmapiiri kantaa ja hoitaa.”

9.3 Hengellisyys

Seurakuntaan kuuluvien yhteisöjen yhteisenä tekijänä on hengellisyys, jonka vuoksi kohtaamisissa ja toiminnoissa koetaan olevan suurempi merkitys. Hyvin toimivassa yhteisössä jäsenet kiinnittyvät ryhmään, ja kantavat vastuuta kaikista ryhmän jäsenistä (Thiz 2013, 78.) Seurakunnan jäsenet tarvitsevat toisiaan voidakseen uskoa ja elää kristittyinä (Meidän kirkko 2007, 4.) Kaikki tutkittavan ryhmän jäsenet yhtä lukuunottamatta ovat osallistuneet retriittiin useamman kerran. Vastauksissa tulee ilmi ryhmän tärkeys, yhteenkuuluvuuden tunne ja se, että ryhmäläiset ovat ennestään tuttuja. On helppoa ja turvallista palata aina uudelleen samojen ihmisten pariin. Ryhmää yhdistävänä tekijänä pidetään hengellisyyttä, joka retriitin myötä vahvistuu ja syvenee. Retriitin hengellinen

ulottuvuus jatkuu retriitin jälkeen arkenakin, ja uskonkokemukset laajenevat ja monipuolistuvat.

Retriitin tunnelma jää muistiin, havainnointi vahvistuu; kukat, linnut. Retriitin ulkopuolella voi olla rukouksessa pitkän aikaa. Hyvät asiat vahvistuneet. Yhteyden ja rakkauden ilmapiiri kantaa ja hoitaa.

Hengellisyys on yhä tärkeämpää. Lapsuudesta asti koetut ristiriidat ja käännytyspaineen tunne toisaalta voimistuneet. Tunne, että sikäli kun uskon, uskon laajemmin kuin vain kristillisesti.

Hengellisyys näkyy ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa yhteisten rituaalien ja erilaisten symbolien avulla. Hengellisyys tuntuu olevan mukana ihmisten välisessä kohtaamisessa, vaikkei siitä edes puhuta (Thiz 2013, 86.) Luottamus ryhmäläisten välillä on muodostunut luontevaksi ja mahdollistaa sanattoman hengellisen kokemuksen voimistumisen. On helpompaa keskittyä rukoukseen ja meditointiin kun ei tarvitse ” jännittää” muita ryhmään osallistujia tai heidän reaktioitaan.

Sanojen ja opin merkitys vähentynyt. Mystiikan määrä lisääntynyt.

Hiljaisuuden, kappelihetket, oma rauha ja kuitenkin saan olla ystävien yhteydessä.

Puolet vastaajista kokee ettei retriitti ole vaikuttanut heidän hengellisiin näkemyksiinsä. Toinen puoli kokee muutoksia suhteessaan kristilliseen hengellisyyteen. Vaikutusta saattaa olla retriitteihin osallistumisen määrällä, mitä useampi retriittikokemus, sitä enemmän vaikutukset alkavat tuntua hengellisessä elämässä ja ajattelussa.

Kirkon tehtävänä on kutsua ihmisiä Jumalan yhteyteen, tuoda elämään kestävä perusta ja rohkaista välittämään lähimmäisistään ja luomakunnasta, sekä tuoda Jumalan armo ja rakkaus jokaiseen arkipäivään (Meidän kirkko, 2007, 4.)

Pystyn joskus pitämään hiljaisuutta arjessakin.

Virkistävää on rytminvaihto, hartaudet, puheet, musiikki, rauha,

luottamus, ilon kokeminen, yhteiset hetket.

” - Yhteiset hetket. - Yhteisö. - Saan olla ystävien yhteydessä. - Yhteiset hetket ja vahva yhteisöllisyys. - ” Hyviä” ihmisiä ympärillä. - Luontevaa yhdessäoloa.”
Rauhan ja hiljaisuuden ilman sosiaalisia paineita koettiin tuntuvan hyvältä. Voimaannuttavina tekijöinä nähtiin myös retriittiympäristö ja luonto. Vastauksista näkyy selvästi kaksi tekijää, jotka koetaan tärkeinä; vahva yhteisöllinen yhteys ja hiljaisuus, sekä nämä kaksi yhdistettynä toisiinsa.

9.4 Taloudellinen tuki

Suomessa ei nykyään juurikaan tavata ns. absoluuttista köyhyyttä, mutta suhteellista köyhyyttä kylläkin. Suhteellinen köyhyys ilmenee ihmisten taloudellisena kyvyttömyytenä hankkia kulutustavaroita tai palveluita, jotka eivät ole välttämättömiä elämän edellytyksiä (Karisto & Takala & Haapola 1988, 51.) Yhtenä merkittävänä syynä osallistua juuri tähän ryhmään oli retriitin edullisempi hinta. Joidenkin ryhmäläisten kohdalla hinta oli ratkaiseva tekijä valittaessa tämä työttömien ryhmä.

Ei ole varaa muihin ryhmiin.

Enhä osallistuisin muihinkin jos olisivat kohtuu hintaisia.

Käyn tässä ryhmässä, koska hinta on edullinen. Jos sama hinta voisin mennä muuallekin.

Turun ja Kaarinan seurakuntien Diakoniakeskuksen yhteiskunnallinen työmuoto tukee taloudellisesti työttömien retriittien toteutumista. Taloudellisen tuen myötä mahdollistuvat myös toisenlaiset tuet henkinen ja hengellinen. Taloudellinen tukeminen mahdollistaa ryhmäläisten pääsyn myös henkisen ja hengellisen tuen pariin. Tässä toteutuvat kirkon diakoniatyön tavoitteet.

Seurakuntien Yhteiskunnallinen työ on yleensä liitetty diakoniatyöhön. Yhteiskuntatyö suuntautuu työ- ja talouselämän, sekä ympäristökysymyksiin.

Työelämän suuret muutokset ovat lisänneet huolta ihmisten hyvinvoinnista. Työelämän kysyyksiin liittyy myös työttömien henkilöiden kanssa tehtävä työ (Sari Kuvaja & työalasihteerit 2007, 4, 10.)

Tutkimuksen teon vaikeutena koin retriitin anonyymiuden. Ot-verstaassa asiaa pohtiessamme tulimme siihen päätökseen, etten voisi itse osallistua retriittiin havainnoimaan retriitin kulkua. Minulla ei myöskään ollut mahdollisuutta olla osallistujiin henkilökohtaisessa yhteydessä, eikä myöskään sähköpostin välityksellä. Miten siis tutkisin asiaa ? Koin ainoana vaihtoehtona lähestyä retriittiin osallistujia kirjeitse.

Olin yhteydessä Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän retriittipappiin ja hän lupasi auttaa minua. Sovimme että laadin muutaman kysymyksen kyselylomakkeen jonka lähettäisin vastauskuoren kera retriittiin osallistuneille. Itse en missään vaiheessa tiennyt osallistujista mitään.

Siispä laadin lomakkeen jossa oli työttömien ryhmän retriittiin liittyviä kysymyksiä. Kysymysten ohkeen liitin myös kirjeen jossa pyysin kysymysten vastaanottajaa ystävällisesti vastaamaan esittämiini kysymyksiin. Kirje ja kysymyslomakkeet löytyvät opinnäytetyöni lopusta liitetiedostoista. Toimitin kaavakkeet, kirjeet ja palautuskuoret omassa kirjekuoreensa retriittitoimistoon, jossa seurakunnan työntekijä kirjoitti osallistujien nimet kirjekuorien päälle ja toimitti ne postiin. Näin menetellen en yhtään tiedä kenelle kirjeet ovat menneet ja mitä kukin on vastannut.

Tästä menettelytavasta on mielestäni sekä hyötyä, että myös haittaa. Hyötyä on se, että ihmisten on helppo vastata, koska heitä ei voi mitenkään vastauksesta tunnistaa, ja haittaa taas aiheuttaa tutkijan eli itseni tuntemattomuus. On helpompaa jättää vastaamatta, kun ei tunne tutkijaa.

Tutkimukseni yhteydessä olen tehnyt kolme haastattelua, jotka ovat selkeyttäneet kuvaani Turussa tapahtuvasta retriittitoiminnasta. Ensimmäinen haastattelu on retriittipapin haastattelu, seuraava työttömien retriittiohjaajan

haastattelu, sekä kolmas retriittiin osallistuneen henkilön haastattelu. Kaksi ensimmäistä löytyvät litteroituna liitteet-osiosta, kolmas haastattelu on itselläni nauhoitettuna ja litteroituna. Osallistuin myös itse retriittiin ymmärtääkseni paremmin tutkimukseni aihepiiriä. Retriitti toteutettiin helmikuussa 2013 Rymättylän Tammilehdossa.

10 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

Keräsin tutkimusaineistoni niin sanottuna postikyselynä, jossa lähetin kyselylomakkeen kaikille 16 työttömien retriitin osallistuneille. Retriitin luonteen mukaisesti retriittiin osallistuvien anonymius tulee säilyä. Henkilötietoja ei kerrota edes muille retriittin osallistuneille, ainoastaan etunimi.

Kyselylomakkeiden perille saamisessa ilmeni ongelmia. Anonymius periaatteen vuoksi en voinut itse osallistua retriittiin, enkä myöskään voinut saada osallistujien nimi- ja osoitetietoja. Sähköpostia käyttäen olisivat myös olleet tunnistetiedot näkyvillä. Vaihtoehdoksi jäi kyselylomakkeiden lähettäminen retriittiin osallistuneille seurakunnan retriittitoimiston kautta. Toimitin kyselyt kirjekuorissaan vastauskuorilla varustettuna retriittitoimistoon, ja mukaan lähti myös informaatiokirje itsestäni ja siitä miksi toivon heidän vastaavan kysymyksiini. En tullut missään vaiheessa tietämään mitään yhdestäkään ryhmäläisestä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 140.)

Kysymykseni olivat puoliavoimia ja suoria kysymyksiä, joihin sain selkeät yksinkertaiset vastaukset. Vastauksista kävi selkeästi ilmi vastaajan mielipide, eikä niille juurikaan jäänyt tulkinnan tarvetta. Mikäli lähettäisin samat kysymykset ryhmäläisille uudelleen, uskoisin vastausten olevan pitkälti samankaltaisia.

Tutkimuksen raportoinnissa olen pyrkinyt kertomaan tulokset tarkasti ja totuudenmukaisesti, niin kuin ne ovat minulle vastattu. Tutkimusongelmani on mielestäni selkeä; Mikä on työttömien ryhmän merkitys osallistujille ja näkykö retriitin vaikutukset työttömän arjessa. Molempiin tutkimuskysymyksiini sain selkeät ja selvät vastaukset, jotka olen raportissani esittänyt (Tuomi & Sarajärvi 2009, 141.)

Lähetämiini lomakekyselyihin vastasi puolet työttömien retriittiryhmäläisistä. Kirjekyselyyn vastaaminen on vastaajan omassa harkinnassa, katsooko hän vastaamisen olevan mielekästä tai ei. Onko kysymykset sellaisia, että hän

katsoo tarpeelliseksi vastata niihin (Kuula 2011, 108.)

Saamistani vastauksista oli mahdotonta tunnistaa ketään, enkä saanut kertaakaan kuulla yhdenkään vastaajan nimeä tai muita tietoja. Tutkimuksessani vastaajien aninyymius säilyi täysin. Kuulan (Kuula 2011, 112.)mukaan nimettömyys saattaa olla kummallekin tutkijalle ja tutkittavalle hyvä asia, varsinkin silloin kun aihe on hyvin henkilökohtainen tai muuten arkaluontoinen. Muutamat retriittiryhmäläisten vastauksista koin melko henkilökohtaisina.

Vastauksien antaminen kyselyyn ja lomakkeen palauttaminen ovat käytännössä tutkittavan antama lupa aineiston eli vastauksien käyttöön tutkimuksessa (Kuula 2011, 112.) Mielestäni tutkimus toteutui eettisten periaatteiden mukaan kaikkia osapuolia kunnioittaen ja pidän sitä melko luotettavana, koska vastauksissa ja niiden raportoinnissa ei juurikaan ollut epäselvää tulkintaa.

11 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tutkimuksessani oli tarkastelun kohteena Turun Seudun TST ry:n retriittiryhmä kokemukset retriittiin osallistumisesta. Perusajatuksena olisaada selville ryhmäläisten ajatuksia retriitista ja sen vaikutuksista elämässään. Heiltä saamassani tutkimusaineistosta hain vastauksia kahteen tutkimusongelmani kysymykseen. Ensiksikin halusin selvittää juuri tämän ryhmän merkitystä retriittin osallistumiseen ja toiseksi halusin tietää, miten retriitit vaikuttavat työttömien ryhmän arjessa. Kokivatko he saavansa retriitistä tukea arkeensa retriitien välisinä aikoina.

Vastauksista ilmeni, että työttömille ihmisille suunnattu oma retriittiryhmä koettiin merkittävänä asiana ja joidenkin kohdalla ratkaisi ylipäättään retriittiin osallistumisen. Ryhmässä koettiin vahvaa yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuutta. Todettiin myös, että tutussa ryhmässä tuntui hyvältä olla hiljaa yhdessä ilman paineita. Ryhmässä olo tuntui turvalliselta, ja tunnelma oli rento ja hyväksyvä. Muutama ryhmäläisistä totesi myös, että voisi mahdollisesti osallistua retriittiin jossakin muussakin ryhmässä. Yhtenä syynä miksi vastaajat halusivat osallistua juuri tähän työttömille tarkoitettuun ryhmään, oli retriitin edullisempi hinta.

Toinen tutkimuskysymykseni koski retriitin vaikutuksia osallistujien arjessa. Toiko retriitti työttömän ihmisen arkeen jotakin sellaista, josta on hyötyä, iloa tai tukea tavallisina arkipäivinä retriitin jälkeen.

Saamistani kyselyvastauksista saatoin havaita, että retriitin vaikutukset ulottuivat pidemmälle kuin pelkkään retriittitapahtumaan. Vastaajat olivat sitä mieltä, että retriitti loi levollisuutta ja tasapainoista oloa heidän jälkeensä retriitin jälkeenkin. Retriitti koettiin henkisenä tukena vastaajan arjessa. Turvaa ja tukea luovana tekijänä koettiin yhteisöllinen tapahtuma, johon tuntui hyvältä palata uudelleen.

ERÄMAA

Erämaassa oppia voi sen:
Tärkeää on yksinkertainen,
vaivaiskoivu, kelottunut puu,
polku, joka eteen avautuu,
lammen vesi syvän sininen,
valon kajo, tuuli hiljainen.

Erämaassa tuntea voi sen:
levollisuus valtaa sydämen.
Parantaja lähellämme on
niin kuin tuuli, kajo auringon.
Niin kuin lumi maahan
laskeutuu, sielun haava hiljaa
umpeutuu.

Anna-Mari Kaskinen

LÄHTEET

Anttonen, Anneli; Sipilä, Jorma 2000. Suomalaista sosiaalipolitiikkaa.
Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Hiljaisuuden Ystävät ry. Hiljaisuudesta / kirjoja ja musiikkia hiljaisuuteen.
Viitattu 11.8.2014. www.hiljaisuudenystavat.fi

Hakala, Juha, T 2004. Opinnäyteopas ammattikorkeakouluille.
Tampere: Tammer-Paino Oy.

Häyrynen, Seppo; Rissanen, Paavo; Virtaniemi Matti-Pekka 1979.
Hiljaisuus puhuu. Jyväskylä: K.J.Gummerus Oy.

Häyrynen, Seppo; Rissanen, Paavo 1990. Elävä hiljaisuus.
Juva: WSOY:n graafiset laitokset.

Häyrynen, Seppo; Kotila, Heikki 2003. Retriitti, tie hiljaisuuteen.
Helsinki: Edita Prima Oy.

Häyrynen, Seppo; Kotila Heikki; Vatanen Osmo 2003. Spiritualiteetin käsikirja.
Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Karisto, Antti; Takala, Pentti ; Haapola Ilkka 1988. Elintaso, elämäntapa,
sosiaalipolitiikka- suomalaisen yhteiskunnan murroksesta. Juva: WSOY

Karjalainen, Jorma 2012. Köyhyys, syrjäytyminen ja eriarvoisuus.
Luento materiaali. Viitattu 15.11.2014.
www.a-klinikka.fi/sites/default/files/quickuploads/file/Karjalainen 2011.pdf

Kaskinen, Anna-Mari 1997. Saavu valo. Lohja: Karas – Sana Oy

Kuula, Arja 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta käyttö ja säilytys.
Jyväskylä: Bookwell Oy

Kuvaja Sari ja työalasihteerit 2007. Diakonia ja yhteiskuntatyö.
Kirkkohallitus. Kirkon diakonia ja yhteiskuntatyö.
Viitattu 17.9.2014. www.sakasti.evl.fi

Lappalainen, Tertti toim.; artikkelien kirjoittajat 1998.
Hiljaisuuden etsijöitä. Juva: WSOY-Kirjapainoyksikkö.

Meidän kirkko. Osallisuuden yhteisö. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon
strategia vuoteen 2015 laatineen työryhmän mietintö. Suomen
evankelis-luterilaisen kirkon keskushallinto. Sarja C 2007.
Viitattu 19.9.2012. www.sakasti.evl.fi

Metropoliitta Johannes 2003. Hiljaisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Metsämuuronen, Jari (toim.) 2006. Laadullisen tutkimuksen käsikirja.
Helsinki: International Methelp ky.

Raittila, Anna-Maija 1993. Hiljaisuuden kirja. Hämeenlinna: Karisto Oy

Rauhala, Niilo 1977. Valossa näkyy kirjoitus. Helsinki: Otava

Rauhala, Niilo 1993. Taivas käsissä sykkii. Oulu: Suomen Rauhanyhdistysten
Keskusyhdistys

Sipilä, Jorma 2012. Työvuosien tuhlaus on lopetettava. TTT työ, terveys,
turvallisuus 5/2012. Viitattu 15.11.2014
www.ttdigi.fi/index.php.?mid=15&pid=57&aid=2473

Stinissen, Wilfrid 2012. Rukoushuokauksia. Helsinki: Kirjapaja

Stinissen, Wilfrid 2007. Kristillinen syvämietiskely.
Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy

Stinissen, Wilfrid 2004. Syvemmälle rukoukseen.
Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Thiz, Päivi 2013. Seurakunta osallisuuden yhteisönä. Itä-Suomen yliopisto.
Akateeminen väitöskirja. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja A
tutkimuksia 40. Viitattu 19.9.2014
[www.diak.fi/tyoelama/julkaisut/documents/ A_40_Päivi20Thiz.pdf](http://www.diak.fi/tyoelama/julkaisut/documents/A_40_Päivi20Thiz.pdf)

TST ry:n Retriittiohjaajan haastattelu 8.2.2013.

Tuomi, Jouni; Sarajärvi, Anneli 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi.
Vantaa: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Turtia, Kaarina 2010. Otavan uusi sivistysanikirja.
Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy

Turun ja Kaarinan seurakuntien retiittipapin haastattelu 15.11.2012

Veli Roger, 2007. Taizen Veli Roger, Rukoushuokauksia. Helsinki: Kirjapaja

Vuorilehto, Päivi 2006. Merkityksellinen hiljaisuus, semioottinen näkökulma
hiljaisuuden retiitteihin. Helsingin yliopisto, käytännöllisen teologian
laitos. Licensiaattityö.

LIITTEET

LIITE 1 Kirje retriittiin osallistuneille

LIITE 2 Retriittiin osallistuneille osoitetut kysymykset

TAPAAMINEN TURUN JA KAARINAN SEURAKUNTIEN RETRIITTIPAPIN KANSSA

Kävin 15.11.12 keskustelemassa Turussa retriittipapin kanssa opinnäytetyöstäni ja sen aiheen rajaamisesta. Hän ehdotti aiheeksi ”Retriitti osana diakoniatyötä” ,mielestäni se oli hyvä ehdotus. Lisäksi hän ehdotti, että ottaisin kohteeksi yhden ryhmän, jonka retriittikokemuksiin perehtyisin paremmin. Ryhmäksi hän ehdotti työttömien ryhmää. Ajatuksenani olisi siis tutkia retriitin merkitystä työttömien ryhmälle.

Lisäksi retriittipappi kertoi, että Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymä järjestää vuodessa noin 35 retriittiä, joihin osallistuu yhteensä yli 500 henkilöä. Retriitit toteutetaan pääasiassa viikonloppuisin.

Turussa on järjestetty myös pitempiä, enintään seitsemän päivän mittaisia ns. ignatiaanisia retriittejä, jotka pohjautuvat Ignatius Loyolan retriittiperinteeseen, sekä mystiikkaan ja mietiskelyyn. Ignatiaaniset retriitit perustuvat enemmän katoliseen luostari- ja rukousperinteeseen ja niiden tarkoituksena on Jumala-suhteen vahvistaminen.

Seurakuntien retriittipappi kehoitti minua ottamaan yhteyttä Turun Seudun Työttömät ry:n retriittivastaavaan.

KESKUSTELU TST:n RETRIITTIOHJAAJAN KANSSA 8.2.2013

Turun Seudun Työttömien retriittiperinne on jatkunut yli kymmenen vuotta. Uskollisimmat retriittiin osallistujat ovat olleet mukana saman ajan. Ihmiset olivat aluksi epävarmoja mahdollisuudestaan osallistua retriittiin vähävaraisuutensa vuoksi. Tuolloin yritettiin kerätä yhteisiä varoja hankkimalla sponsorirahoitusta. Myöhemmin tilanne helpottui, sillä Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymässä tehtävä yhteiskunnallisen työn muoto alkoi tukea taloudellisesti TST:n retriittitoimintaa. Siitä lähtien TST:n retriitit ovat olleet pääsääntöisesti loppuunmyytyjä.

Alkuvuosina työttömyyden teema näkyi enemmän retriitin aihepiirissä, nykyisin siitä on luovuttu, sillä samat henkilöt tulevat uudelleen ja on hyvä jos aiheet vaihtelevat. Viime vuosien aiheita ovat olleet mm.

- Vuodenajan viisaat värit – luonto on viisas
- Valitse tänäänkin ilo
- Elämään vapautetut
- Älä menneitä murehdi

Virikepuhe pyritään pitämään valoisista aiheista.

Retriiteissä korostetaan suorittamattomuutta, läsnäoloa tässä ja nyt omana itsenä, lepoa.

Retriittiin osallistujista on muodostunut ryhmä, joka kokoontuu aina uudelleen, jäsenet ovatkin alkaneet kutsua ryhmäänsä retriittiperheeksi. Rymättylän Tammilehdon retriittikeskukseen mahtuu 16 osallistujaa ja maaliskuussa 2013 järjestettävä työttömien retriitti on ollut täynnä jo pitkään.

Retriittiohjaajan mielestä turkulainen retriittiperinne pohjautuu Anna-Maija Raittilan Morbackan retriittikeskuksessa aloittamaan retriittiyhteisöön, sekä Sisko Raittiin alulle panemaan Turun ja Kaarinan seurakuntien retriittityöhön. Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän retriittipapin virka on maassamme

ainutlaatuinen. Morbackan retriittikeskuksen läheisyydessä sijaitsi Anna-Maija Raittilan ja myös retriittiohjaajan kodit. Turun Seudun TST ry:n retriittiohjaaja on ollut Raittilan pitkäaikainen ystävä.

Retriittiohjaajana toimimisen lisäksi hän kertoo osallistuvansa muiden järjestämiin retriitteihin. Hän kokee helpottavalta vaipua retriitin rauhaan ilman vastuuta.

Kyselin retriittiohjaajalta mahdollisia kysymysaiheita, joita voisin retriittiin osallistujilta kysellä. Hänen mielestään kiinnostavaa olisi tietää miten retriitin aikaansaama hengellisyys vaikuttaa retriitin ulkopuolella ja miten se on vaikuttanut pitkäaikaisten kävijöiden elämään, sekä miten retriitistä saa voimaa arkeen ja voiko hiljentymistä käyttää stressinhallintakeinona.

Lehtosen mielestä voin haastatella muutamaa retriittiin osallistujaa, hän lupasi kysyä asiasta sopivaksi katsomiltaan henkilöiltä. Haastattelun ajankohdaksi sovimme vähintään reilun viikon retriitin jälkeen. Seuraavan kerran olen yhteydessä retriittiohjaajaan viikolla 11.

TERVEHDYS SINULLE !

Opiskelen Porin Diakonia-ammattikorkeakoulussa sosionomi-diakonitutkintoa. Opintoihini kuuluu myös opinnäytetyön tekeminen. Tarkoitukseni on tehdä työni retriitistä ja siitä miten eri ihmiset sen kokevat.

Osallituit retriittiin 9.- 12. 9. 2013 Rymättylän Tammilehdossa. Toivon, että vastaisit nimettömänä ohessa oleviin muutamiin retriittiä koskeviin kysymyksiin ja palauttaisit ne minulle kuoressa joka seuraa kysymysten mukana.

Minulla ei ole yhteystietojasi ja postituksesta huolehtii puolestani Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän työntekijä. Sinua ei siis mitenkään voi tunnistaa vastauksestasi.

Vastauksesi on minulle hyvin tärkeä ja toivon, että vastaisit minulle mahdollisimman pian !

Sinua vaivannäöstäsi kiittäen ja
Kauniita syyspäiviä toivottaen,

1. Montako kertaa olet osallistunut retriittiin ?
2. Mikä juuri tämän ryhmän merkitys on sinulle, osallistuisitko jossain toisessa ryhmässä ?
3. Miten koet retriitin vaikutukset arjessasi ?
4. Mitkä seikat koet virkistävinä/voimaannuttavina retriitissä?
5. Onko asenteesi hengellisyyteen ja kristillisyyteen muuttunut retriitin myötä? Miten ?
6. Mikä ohjaajan toiminnassa on merkityksellistä ?
7. Mitä muuta haluaisit kertoa retriittikokemuksestasi ?